
)dtuduby

إشراف : وجديِي ززق غالي


دعوة للَّقنّنين الهلميلأعشاب


الـكتور عبدالباسطيُسيد



الطبعة الثانيـة


$$
\begin{aligned}
& \text { ( }
\end{aligned}
$$

> Y;-r/07Ax
> ISBN AYV-19...7Vo-1 الترأِيـ, الدوري

طيع لمي دار نوبار لاطلباعـة ، الصاهرة

## المحتويـات

## الصفحة



YA-^ عِلا جَعْض الأمراض
79- Y9 الفصل الثالث : بعض أعشاب مصر الطبية المأخوذة من التراث وفوائدها
l•r-ی^ الفصل الـلامس : العلا ج بالغذاء : برنامج اللوصو إلى الصسحة العامة
|ミ7-|r| الفصل السادس : الطب الوقائي : سيِّدنا محمَّد الطّبيب
IVT-I\&V والإعجاز في السنة النبوية المراجع والمصادر INo-IVV

## كلمـة

إن علم الله هو العلم الشامل الميط الذي لا يعتريه خطأ ، ولا يشوبه نقص" ، وعلم الإنسان محدود ، و يقبل الازديادَ ، ومعرَّض للخطأ ؛ كما أن نصوص الوحي قد نزلت بألفاظ جامعة ؛ فقد قال لوَّ



أخبر عن ربه (سبحانه وتعالى) .

وفي القرآن حقائق لا تتجلّى إلا بعد حين وُ إنْ هو إلا ذِكُرْ لِلعالَمِين ،

 فإن الحتائق القرآنية ، وتلك الموجودة في السنة هي المعيارية التي يجب أن
 وجعله طريقًا إلى الإيمان باله فتقديم هذه الحقائق للناس زيادة في اليقين . كما إنها هي الوسيلة للدعوة في هذا العصر الذي يوصف بإنه عصر العلم . خاصة وإن الإسلام ليس مجرد عقيدة ، بل هو نظام يتضمَّن جميع قوانين الحياة ، كما إنه تشريع"ونظام للمجتمع .

وقد اشتملت آيات القرآن والأحاديث النبوية على العديد من النصوص عن الغذاء والتَّذية التي تحفظ للإنسان صحته وتضيمن الارتقاء بها على
 فإذا أحسن الإنسبان الاستفادة من هذه التوجيهات واتباع النظام الغذائي المجيد ،
 الطبيب الأول في الطب الوقائي ، وهو أول من نادى بالحجر الصحي سواء كلإنسان أو للحيوان الاولي

ومن هذا المُنهل أتقدم بهذا الجهد المتواضغ من طب سيد المرسلين ، مع
والدعوة إلى تقنينه علميّا ؛ ليصبح للمسلمين دواء لكل داء .

المؤلف

## الْهُقَـَهـَة

خلق الله النباتات على الكرة الأرضية قبل أن تطأها قدم الإنسان أو حافر الحيوان ، وأصبحت هي الغذاء الأساسي لكل مخلوف ، وكما أن الله جعل
 وأعطى للحيوان الذي لا يعقل ولا يفكر غريزة الاهتداء إلى نوع النباتات التا التي
 طه ، آية : •0] . وترك الإنسان العاقل ليهتدي إلى النباتات الشافية من
الأمراض بالدراسة والتجارب والاستنتاج .

ومن أشهر ذلك قشور شجرة الكينون التي استخلص العلماء الاء منها مادة الكينين الشافي لحمى الملاريا، والتي ظلت ثلائين عامّا ملكةّ من ملوك الأدوية في عالم الطب .
وطب التداوي بالأعشاب يرجع إنى قدماء المصريين ، وقدماء الهنود ؛ ففي القرن الثاني احتكر الرهبان في أوربا التداوي بالأعشاب ، ، وأكمل
 واحدة قد تَتوي على مواد فالة شافية لأمراض مختلفة . وفي الوا الولايات المتحدة الأمريكية ، وهي زعيمة الطب النربي ، تعالت الأصوات بأن بأن الأدوية الكيميائية شفاء للأعراض لا للأمراض ؛ حيث تحولت الأمراض إلى أمراض مستعصية ـ والسؤال الهام الآن : كيف ينجح طب النباضتات التات ويتفوق على طب الدواء في كثير من الأمراض المستعهية ؟

وللتمثيل على هذا أود أن أذكر ما يقوم به التراث ألصيني في علاج الأمراض المستعصية في المحي الصيني في نيويوك بالولايات المتحدة المالوكي الأمريكية ، كذلك فى وسط أوريا ، من علاج حالات الأكزيما - الحساسية - الضيعف الجنسي - تسمم الخمل - السمنة المفرطة - النحافة المفرطة - الخنلل الهرموني - النقرس وشبيهه gout and pseudogout - حالات تصلب الشر ايين - الشلل الرعاش - زيادة المناعة الطبيعية - الصداع المزمن والنصفي - آلام عصب



 قرحة المعدة والأنتى عشر - الإسهال والإمساك - اختلال الكبند - الختقان
 - حصطة الكلى ب- التهاب حوض الكلى - التهاب المثانة - التبول اللاإرادي الـيا
 اضضطراب الحيضن - آلام الحيض - عدم انتظام الحيض - اليقم عند النيا النساء
 قرحة الأظافر - التهاب دوالي اللباقين - التهاب المفاصل - الجروح والخروق.

- التسمـم - الإجهاد .

علمًا بأن تقرير الدخل القومي للصين من العلاج بالطب غير الثقليدي
يبلغ حوالى • 1٪ من قيمة الدخل القّومي الكُلي .

وهنا تجدر الإشارة أن التراث العربي والإسلامي والمسيحي المبات في العالم العربي ، يزِيد على مئيله في التراث الصنيني في العلاج بالأعشاب ؛ إن


## - المقدمة

العلمي ، وكانت كل الجهود فيه هي جهودَا فردية ، أو فرقًا بحثية محدودة ، واجهت الصعوبات والتحديات ، وتركنا هذا التراث لمهنة العطارة التي يلخل فيها السعي إلى الكسب المادي فتط ، مع الجهل بالأثر السمي لبعض
 الإلمام بالمواد الفعالة .

وتتركز الجهود الآن في العالم العربي في دولة السعودية ، عن طريق هيئة الإعجاز العلمي للقرآن والسنة ، وشركة دلة ، وكذلك معهد الألعشاب الذي
 غير أنه رغم ذلك لا يوجد توحيد للجهود حتى الآن ، وما زالت الاجيتها سواء العلمية منها وغير العلمية هي التي تسود، بالإضافة إلى التى جهل العطارين
 تنهو في الجو الحلار ، الرطب ، ويكون لها أثرها الخطير م
إن ترائنا العربي الضخخم ، لو وجدت خطط قومية وعربية لتقنينه علميّا - الميا
 تصنيعه ، ويصبح لنا حق التقنية الملية والاستغناء علاء عن التقنية المستوردة ، علاوةً على ما يكون لذلك من أثر في الدخل القومي عن طريق التصدير ، كما هو الحال بالتراث الصيني

وما تجدر الإشارة إليه في هذا المقام، أن بعض شركات تنمية وغربلة وتعبئة وتصدير الأعشاب الموجودة في أرض مصرنا الحبيبة، تقوم بتصدير الأعشاب

 المائة كيس بمبغ IV دولارم ؛ وذلك لفوائده التي وردت في الطب النبوي والتي نذكرها في حينها من هذه اللدراسة .

## 7 المقدمة

والمواد الفعالة في الأعشاب لا تنفرد بجزء واحد له علاقة خاصة بجزء خاص في الجُسم دون أن يكون له تأثير آخر في غيره ؛ كها هو الـلا الأدوية الصناعية في الصيدليات ، بل إن يد الخالق (سبخانه) جمعتها في عشبة واحدة بمزيج يستحيل على الإنسان أو مصانعه أن يأتي بثثله : ولذلك كانت العشبة الواحلدة تُتوي على كثير من المواد الفعالة الشافية ، بما يجعلها
 المرض المعالج . ولا أنستطيع أن أتوسع هنا في هذا الموضنوع ؛ وأكتغي بذكر دليل واحد قاطع ، يدل على تفوق الأعشاب في تأثيرها الطبي علي اللأدوية الصناعية المسشخرجة منها ؛ فالديجيتال مثلا علاج سام يستبمل في مي مداواواة أمراض القلب ، وهو مستخرج من نبات يسمى " قمعية أرجوانية " ، والكممية السامة منه تسمـم القلب إذا أعططيت من المستخلص من النبتة ، ولا تسبن أعراض تسمـم لو أعطبت بكميات أكبر بوريقات النبتة ذاتها . .ولكن الما بالرغم من هذا كله أهمل الأطباء استعمال أكثر الأعشّاب الطبية ، واستعاضِوا عنها بأدوية الصيلنِاتِ الصناعية ، والمستحضرات ؛ للسهولة ؛ ولأن ذلك أدعى إلى ثقة المريض ورضاه

فلو خُيرٌ الميض في عصرنا الحاضر بين علاج يشتريه من الصيدليات ،

 لاختار الأول ، ، واستهزأ بالثاني ؛ وحتى بالطبيب نفسه ، إذا أوصاه بذلك ؛ لزعمه أن البصلة المسكينة المتقرة في مطبخه ، والتيّ لا قيمة مادية لها بالنسبة
 كا في الصيدلينة من أدوية

وعا هو جُدير بالذكر لا الحصر عن إنتاج الأعشاب الطبية نجد أنْ: ألمانيا

V المقدمة
الغربية تنتج حوالى • • بدواء عشبي .

- الولايات المتحدة الأمريكية تنتج حوالى • • ^| دواء عشبي - ونجد أن الطرقَ المتاحة لاستخلاص الموادٍ الفعالة من الأعشاب غير كافية لاستخلاص كل المواد الفعالة ، وأن المواد الفعالة إذا ألخذت من الما الأعنا المانـ الماب
 - الأمريكية وهي زعيمة الطب الغربي ويدور هذا الكتاب حول تقنين بعض الأعشاب طبيّا ، وإبراز المواد



من الأمراض ، ومدى إعجازه العلمي في هذه الفُترة التاريخية السحيقة ولنلك يشتّمل هذا الكتاب على الأجزاء الآتية : استخدام الأعشاب الطبية في علاج بعض الأمراض ، وفيها تجربتي وما تم تقنينه علمبّا . طب رسول الله



## الفصل الأول

## اسنْتخْدامُ اْلأعْشَاب الطبيـة <br> في عِلاج بَعْضِ الأمراض

علاج البول السُكُري

 الدهون والبروتين ؛ وكذلك أمراض الأوعية الدمهية ، والتي يصانياحبها
 ضيقًا ، وينعكس ذلك على وظيفتها ، وكذلك على وظيفة المرشحات في الكليتين .

وينقسم مرض السكر إلى نوغين :
(1) النوع الأول : مُمُتَمِدُعَلى الإنسوُلين insulin dependent diabetes
 في تخزين الإنسولين ؛ (وتكون خلايا بيتا beta cells المصنُعة للإنسولين في في

 (التي تقوم بافراز مادة الأنسولين ، ويطلن عليها جزر لانجرهانز) ، أو عدم

وجود هذه الخلايا ، أو تليف خلايا البنكرياس عن طريق إصابة فيروسية ، أو وجود خلل في مستقبلات الإنسولين insulin receptors في كرات ات الديا الدم ، أو خلل ورائي chromosomal aberration يرجع إلاني للكروموسوم رقمT insulin independnt diabetes النوع الثاني : غَيْر مُعْتَمِد عَلى الإنسُوُلِين






 من خواصها :
 (ب) تحتوي على عنصر الزنك الذي يرتبط بالتيتيدات peptides (بروتين صغير الحجم) ، وهو ما يساعد على إعادة بناء خلايا البنكرياس . (ج-) بعض هذه الأعشاب تحتوي على كبريت عضوي organic sulphur


 الهند بذور الملبة في علاج النوعين الأول والثاني الني وتجدر الإشارة إلى ضرورة :
 أ - قياس كفاءة البنكرياس عن طريق تقدير نسبة الإنسولين الفعال . ب - قياس نسبة البروتينات المصنُّعة للإنسولين .
جـ - قياس تركيز الهيموجلوبين المسكر ؛ لأنه يعطي مؤشرّا لـالة المريض منّا


 الهرموني ؛ وهي ما بككن توضيحه في الآتي:
 r- الهُرموزنات المضادّة للإنسولين :
أ - الجلوكاجون و والم عامل رافع لسكر اللدم .
ب - هُرْونون النّهون growth hormone يزيد من نسبة السكر باللدم . جـ - مُرمون الكورتيكوتروفين corticotrophines وهو ينبه قيُبرة الغدة


د - الأدرينالين : وهو مضضاد لتأير الإنسولين ـ
هـ -|هُرمون قشرة الغدة فوق الككلوية (الكظرية) ؛ وهو يخوّلّ المواد
 و - ألثيروكسين thyroxine وهو ينظم سرعة تكوين الإنسولين في البنكرياسن


استخدام أعشاب طبية لها علاقة بإعادة الاتزان الهُرموني ، وأزلالة الماء

## 

الزائد على حاجة المجسم ؛ وهي المذكورة في الطب النبوي ، ولها طعم كتاز ،
 أي : ا' استخدام أعشاب من العائلة marjolaine ، وكذلك استخدام الأعشاب المهبطة للدهون ؛ وهي Citharexylum quadrangulare من العائلة em- مع مواد مالئة ، وتتوي على الألياف، وهى الشمر، والكابلي cotelette . belia ribes

وكذلك بعض الأعشاب المعروف عنها أنها تقلل الشهية ؛ مثل : رِجل الأسد Leontopodium alpinum
عِلا جُ الالتهابِ الْكَبِدي الوَبَائِي

1- نقط مـضادات الثيروس
وهي عبارة عن العصير الخلوي لنباتين بريين من القرعيات . أحدهما : بحتوي على كمية من السموم ، أمكن فصلها بالها بالطرق الطبيعية ، وت التيا التعرف

 لهذه القيم الأربع ، نم حساب التركيز باستخدام قانون بير ولمبرت ؛ حيث نحصل على أريع معادلات بها أبريعة مجاهيل يككن

 effect (entropy $\Delta s$ )


 أمريكية رقم (797NY) بتاريخ (

## 

ب- م- مجموعة أعثباب للمحافظة على خلايا الكبد
وهي تختوي بعلى مواد فعالة عبارة عن يتيدات الزيان الزنك صغيرة الحجم ، وعنصر السيلنيوم، والتربينات ، وزيوت طيارة، وفالاڤينات.

ملاحظة





 ونسبة النجاح التّي حصلنا عليها باستخدام نقط الأنف المشار إليها سابقًا في مصر 1 ٪ \% ، أما التجربة التي يتّت في الولايات المتحدة الأمريكية فئ بزاءة



 نسبة نجاح العلاج بالنسبة للإصابة بالثيروس (B) تصل إلى

وفيما يلي تفصيل مات إبنازه :

## مقدمة

من المعروف :علمِّا أنه توجد خمسة أنواع من الثيروسات تسبب الالتهاب الكبدي الثيروسي ؛ وهي A, B, C, D, E علمتا بأن الالتهاب النكّبدي الثيروسي HCV-C يثل الغالبية العظمى من الإصابة ، وهو ما كان يعرف قبل سنة (Non-A Non-B) 19 199). ولقد أمكن التعرف عليه سنة 19191 : وفي

## 

anti-HCV ، سنة • 199 م أمكن اختبار الأجسام المضادة له في اللم وأصبحت تتداول في التعرف عليه في الدم م الدا

ومنذ ذلك الوقت كان التعرف على حالات الإصابة يتم غالبٌ عن طريق ارتفاع إنزيات الكبد ، وأصبح العهل ، أو الاختبار الروتيني ، هو الانتبار
 اختبار أكثُ دقة ، يقلل من الأخطاء الإيجابية ، وصار منذ ذلك الانك الوقت أن أن


 على بادئ primary الكشَف عن الإرشاد الورائي للثيروس في الدم ، أو
 مصل الدم ؛ أو بلازما اللدم ، كما أنه يكن فيا فياسه كميّا بمعنى قياس عدي
 الحمض النووي المغفرع


 عزل بعض هذه السلالات ، وأمكنه الحصول على مصل المل في الشمبانزي
 سابقًا ؛ وهو وجود تُت السلالات التي تتغير في الشُكل والخواص وتحدث العدوى من استخدام المقن اللمؤة ، وكذلك نتل دم ملوث الوث ، أو
 الجنسي غير مؤكد ، وكذلك عن طريق اللعاب، أو انتقاله من الأم الخامل الـا

؛ 1 اسْتِخدامُ الأُعْشابِ الطبيةٍ في عِلاج بَعْض الأمْراض
للجنين علمًا بأن حدوث الإصابة في •ع٪ من الحـالات يكون غير معروف

 وكذلك أدواتاتالـلاقة الماصة به .

وثمَّة أدلة وبراهين تؤكد أن المرض يتطور بسرعة في منتصف العمر ؛
وكبار السن ، وفیى درانسة تَت في American Liver Foundation أُبتّت أنه باستخخام liver biopsy أمكن التعرف على الالتهاب الكبدي المزمن في الأطفال في سن عشر بُنوات في المتوسط ، والتي حدثت بعد نقل الدن م ، وحدث التليف cirrhosis في سن عشرين عامًا . ولقد أظهرت الدراسة أن الالتهاب



استمرار الإصابة بدون علاج ، وقدر أنه يحلث بعد • ب سنة من الإصابة .
والعلاج المتاح في العالم هو

الإنترفيرون Alpha-2b : وهو يعطي نتائج تبلغ م ه \% سكوناّ للمرضن ؛ ويحدث في 0 \% منهم انتكاسة ؛ عالاوة على أن تأثيره على الصفائح
 الأولى وتحت بـلالاتها، أما هذه النتيجة فإنها تتراجع إلى ألى أقل من ذلك بكا بكثير في حالات السلالات الأخرى ، ولا تزيد على •0 ٪ في حالة السلالة الرابعة، وما بها من تحثِ سلالات .
كما ظهر دواء آخر يسمى ريبافاريل أو فيرازول ، ولكن منظمة الأغنذية في أمريكا حرمت استخدامه في الولايات المتحدة ؛ وذلك لألن النـا النتائج المتاحة
 الإنترفيرون والريبافاريل أخذ طريقه في أوربا ، ومع ذلك ما زال الاغتراض
 من هذه المنظمة موجودًا ؛ وذلك لعدم الأمان والتأثير ؛ وذلك من النتائج . (FDA rejects Virazol in hepatitis - C) المتاحن

خطوات العلاج المقترح
أولا : عصير نباتين بريين من العائلة القرعية ، أحدهما يعرف في المراجع العلمية بأنه مضاد للثيروسات ، والآخر يعرف بأنه مضاد للصفراء (اليرقان) . - كها يوجد عصير نبات ثالث معروف من أيام داود الأنطاكي ذكره في كتابه \# التذكرة" ، وأشار إلى أنه مضاد لليرقان .
 وزيادة إنتاج الألبيوهين .
تعليمات تناول العلاج
1 - صب نتطتين في كل فتحة أنف صباحا ومساءٌ ، وتكرر هذه العملية لمدة الما شهر ، ويككن أن تكرر حسب شدة الإصابة ، وتحفظ في الثلاجة خلا

Y - تناول ملعقة أعشاب صغيرة بالماء ثلاث مرات قبل الأكل لمدة ثلائة أشهر ؛ أو ستة أشهر
r - إجراء التحاليل التالية قبل العلاج وبعده :

1. Albumin
2. SGOT 3. SGPT
3. SYGT
4. Bilirubin
5. HCV-RNA-(PCR)

ع - إجراء تحاليل وظائف الكبد كل 10 يومًا للمتابعة .

- تتبع الخالات التي أعطى اختبار HCV-RNA (PCR) نتيجة سالبة لها بالما بعد العلاج لمدة ستة أشهر ؛ حتى يككن التأكد من تمام الشفاء ، وعدم حدوث

 كما كَت دراسة مشتر كة مع شركة النصر للكيماويات الدوائية على IV والث الثة ، وكانت هذه الكرانسة تتركز على متابعة وظائف الكبد كل 10 يومكا أثناء اللعلاج ؛
 بداية العالاج . وفي حالة سكون المرض ، والخصول على سالبية لـ PCR



 متابعتُهما لمدة 7 أشههر .

الدواسة التتبعِية
أجريت الدراسة على المرضى ، وتم تقسيمهـم على النحو التالي : الجمموعة الأولىى : وهي الجمموعة المكتشف فيها الإصابة حديثًا عن طريق الأجسام المضادة (Riba) ، ثم (HCV-RNA by PCR) مع ارتفاع وظائفن . الكبد

المجموعة الثانية : مجموعة المرضى الذين لديهم التهابِ ڤيروبني مزهمن مع تليف بالكبد ناجّعن الالتهاب الثْيروستي ، مع وجود أو عدم وجود استسنقاء .
 بواقع حقنة يومًا بعد يوم لملـة ₹ أشهر ، يلي ذلك حقن الإنتوفيرون ه ملايين وحذة لمدة 0 أشهر .

بعد هذه الفترة وجد أن وظائف الكبد ما زالت مرتفعة وأن مستوى


## 

HCV-RNA الدموية . . . . • إلى . . . . 0 ، علاوة على استمرار إيجابية by PCR

المجموعة الثالثة : مجموعة المرضى الذين لديهـم تليف كبدي مع تضخم في الطحال والكبد ، مع وجود أو عدم وجود استسقاء ـ وقد تم علاجه المهم قبل
 المدة 1 أشهر ، وأوضتحت النتائج استمرار ارتفاع الكبد مع

إيجابية HCV-RNA by PCR
العلاج
1- نقط الأنف ؛ كمضاد للثيروسات مستخلص من نباتِن بريين بعد فصل ما بهما من سموم ،وتمت تجربة السمية على مستخلص كل نبا نبات على حدة ، وعلى مخلوط من النباتين . كما تيت التجربة على تدمير خلايا الكبد على فئران التجارب ؛ بالستخلخدام رابع كلوريد الكربون ، وأو ضحت النتائج فاعلية هذه النقط في تحسين الكبد . Y - مخلوط من الأعشاب المعروف عنها في المراجح العلمية أنها أعشاب تحافظ على خلايا الكبد .

مدة العلاج
 في اللم

- مخلوط الأعشاب يستخدم ملـدة r - 1 أشهر ثلاث مرات يوميّا ، كل مرة من 「 إلى ه جرامات ، ويتم تقدير وظائف الكبد كل 10 يومًا بجانب النتائج الإكلينيكية

النتائج و مناقشتها
تَت دراسة • Y حالة مصابة حديثًا بالالتهاب الكبدي الوبائي پ C " و ولا

يعرف سبب الإصابة ، ومن المرجح أن تكون من علاج الأسنان ، وتت التحاليل با فيها الأجسام المضادة ، و HCV-RNA by PCR ، وأظهرت الألمرت النتائج وجود إيجابية في كل من الأجسام المضادة PCR وبعضها أظهر تو تُ تائج ارتفاع في أملاح الصفراء فى الدم ، وكذلك في أنزيمات الكبد


 في أي منهم غنطريق PCR . وتمت أيضًا دراسة


 الكبد end stage of liver disease ، ومها ، الحالتان الأولى والثانية ، 'والتي

 بنسبة كبيرة فيها. وبعد فترة علاج • ومستوى الألبيومين بالدم كل 10 يومتا - أظهرت النتائج ارتفاع الألنيوريوين


 مع التحسن الملجوظ في الجِهد والنشاط العام، وكذلك وظائفـ الكبد :



اسْتِخدامُ الأُشابِ الطبيةٍ في عِلاج بَعْض الأمراض 19
الناتج من C ، وتم شفاؤها بعد • 9 يوماً من البداية بعمل الـ HBC-DNA . (PCR)

وجدير بالذكر أنه وجد فى هذه المجموعة 19 حالة استسقاء ، ت ت الانتهاء
 لنلك هو مستوى الألبيومين بالدم ؛ علاوة على التحسن في الصحة العامة ، والجِهد ، والنشاط
وبذلك يككن حساب النتيجة النهائية فى هؤلاء المرضى على أساس أن حالة منهم وصلت إلى حالة سكون المرض بعد 0 ع - • 7 يوما

 مريضاّك أي بنسبة • . . .
ونجد مرضى المجموعة الثالثة ، وعددهم 10 مريضتا لليهم التهاب كبدى ڤيروسي " C " مزمن ، مع وجود تضخم في الكبد والطحال نتيجة للإصابة بالبلهارسيا ، أو جود تاريخ فديم للبلهارسيا ، مع وجود أو عدم وع وجود

أشهر ؛ وهي الحالات التي بها تليف ، مع وجود كل مضاعفات مرض الكبد .
 بالكشف الإكلينيكي ، وكذلك متابعة مستوى الألبيومين بالدم . وبيمتابعة

 التحسن الملحوظ في وظائف الكبد وجهد هؤلاء ونشاطهم ، مع نقص في الضنط في الوريد البابي الكبدي
.
وتمت دراسةً 10 حالة لم تحدث بهـم استجابة بعد العلاج لمدة شهرين ؛ واستمر الحلاج كبير ، وشخصنية قيادية ، وتم عمل تغيير طفيف لهم في في خلطة الأعشُّاب ، نظرّا لعدم الاسنُجابة الواضخحة في إنزيمات البكبد ، وتم شفاء عشر حالات من 10 حالة ؛ أي بُنسبة 1 ٪ 1 ٪

ملاحظات هامة
ا- مجموعة المُرضى الأولى لم .تستخدم الإنترفيرون ، أو الريبافأايل '، . واستخدمت الأعشاب والنقط فقط
 الإنترفيرون أخرى ، وبِضهم أخذ العلاج المزدوج لمدة 7 أشهر ، ولم
 عن العلاج بالإنترفيرون نظراً لهبوط مستوى الصفائح الدموية ، وْمنستوى

بربة شر كة النصر للكيماويات الدوائية
تمت التجربة على

References

1. American Liver Foundation Bulleten 1980-1995.
2. FDA rejects Virazol in hepatitis - C. 2003 Feb. 28th, 1995.
3. Progress American Liver Foundation. Vol. 15. Nol 2, 1994.

النتيجة النهائية


## 

HCV-RNA by PCR
 في الجمهوعة التي أخذت العلا المجدوج من الإنترفيرون والريبافاريل ، والتي
 أشهر ، لم تَدث أية انتكاسة إلا لـلالتين فقط

 وظائف الكبد لديهم م علاج مرض النقرس
ويسمى داء اللموك ، ويكتر في الذين يتناولون كميات كبيرة من اللحوم

 وهو يسبب آلامًا مبر حة بالماصل ، ويتّسم بالآتي : 1- ارتفاع نسبة حامض البوليك في الدا ما
ץ- ترسيب بلورات يورات الصوديوم الأحادية في الغضاريف والماصل ، وهو حامض لا يذوب في الماء .

العلات

 البركة مع الشُمر وأعشاب أخرى ؛ وذلك لأن لها تأثيرا واضخا علا على تنظيم المركبات الوسيطية للتمئيل الغذائي لهذه البروتينات .

علاج تصلب الشر ايين
وهو من الأمراض التي لها علاقة بالكولستيرول ، فزيادة الكولستيرول

## 

الدم تؤدي إلئ ترسبه على جُمُر الأوعية اللدموية ، مكا يؤدي إلى تصْلبها ،


ولقد أمكن بإلتجريب والتقنين العلمي وجود تركيبة من الأعشالباب المختبرة






علاج الحصو!ات المرارية

وهو أيضًا من الأمراض التى لها علا علاقة بالكولستيرورل . فعند انخفاض
 حصوات في الحويصلة المرارية ، وفي الحالة الطبيعية ، تعمل الأملاح حكر الصفراوية التي في المرارة على بقاء الكولستيرول في الحالة الذائبة . ولعلاج ذلك بدون أعراض جانبية - يستخدم خل التفاح مع الكم الكمون الكهرماني ؛ جيث إنه مطهر للأمعاء من الجراثيمّ ، ومطهر لالتهابات حوض الكلية والمثانة ، ولعلاج السمنة المفرطة ، وزيادة الدهون .

علا ج ضغط ألدم
وهو أيضًا من الأمراض التي لها علاقة بالكولستيرول ، حيث ينتج - كما سبق ذكره - من تصنب جزئي أو كلي للشرايين ، أو خلل في الكليتينين ، أو
 Aldosterone

## 

لإخراج الماء الزائد على حاجة الجسم ؛ غير أنه يلزم مراعاة ألا يؤثر ذلك في سريان اللم بالكليتين .
 بعالج ارتفاع الضنط دون التأثير على سريان اللدم بالكليتين .

 يحتويه من موندات هرمونية ـ ولهذا الشاي موضوع موسع في الطب النبوي

سنعرض له في حينه .
علاج الأرق

الصنيد + جرامان من رِغي الممام ، وتوضع في معدار كوبر كوب ماء مغلي ، أو
تنتع طوال الليل ، وتشرب لتهدئة الأعصاب ، وإزالة الأرق ـ
أما إذا كان الأرق مزمنًا وقاسبًا ، فينصح بنعق القدمين في المستخلص المائي للزيزفون ، والورد ، والحبق

لتهيدئة الأعصاب
النباتات التي تهدئ الأعصاب هي : اليانسون ، والمبق ، والبابوزي ،

والوصفة الميزة لمن لديهم انهيار عصبي ، أو آلام غير محلدرة الأسباب
هي : r جرامات من زهور أبو صفير + جرام من الحبق + جرام مرام خزامى +
جرام بردقوش + جرام زيزفون + جرام صعتر ؛ على أن يشرب منقوع مائها ، أو المستخلص المأئي منها .

## ؛

لتقوية الجسم
النباتات المتؤية للجسم هي تلك الغنية بالاغنسيوم ، والمديد ،
 وزهور الكريز ، ،وحشيشة التط ، والبردقوش ، والخس ، والخينيزة

علاج انتفاخ المعدة


 ويعطى للميضن المستخلص المائي منه .

علاج عُسر الهيضم
 والبابوغج ، والقنطيُيون ، والطرخشُقون ، والبردقوش ، والصنتر ، ورِعْي - الحمان

ويفضل أن إشرب المريض المستخلص المائي لكمية جرامين من عرق'
علاج القر + جرام نغناع + جرام من زهر الليمون .

أهم النباتات اللازمة لعلاج جروح المعدة أو القروح هي : الشُمر، ،

 علاج قرحة الملـة ، والاثبى عشر . علاج الإمساك
النباتات المفيدة في حالات الإمساك هي : الأفسنتين ، الثوم ، واللوز ،

## 

والبابوج ، والشمر ، وبقلة الملك ، والعرعر ، والحبيزة، والتفاح ، والخوخ ، والمنر ، وعرق السوس ، والسنا ، والصعتر

الجرعة : جرامان من عرق السوس + جرامين من الورد + جرامين من الحبيزة + جرام من الصعتر ، تنقع في الماء ، ويشُرب المستخلص المائي منها مرة أو مرتين

علاج الإسهال والزحار

والريحان ، والنعمان ، والجموز ، والعليق ، والورد، والصعتر •
الجرعة : ينتع + 0 جرامات زيزفون + 0 جرامات صعتر + + جرامات أوراق العرعر في ربع لتر ماء .
علا ج الطفيليات والديدان
العلاج هو شرب المستخلص المائي للمكونات الآتية : 0 جرامامات ثوم مسحوق + r جرامات شيح بابويج + + ج جرامات صعتر بري + جرام كف الذئب + 0 جرامات أزهار الأقحوان .

علاج حصوات المسالك البولية


والبقدونس ، والورد ، وزعي الحمام ، وحلف البر ، وخلة بلدي .
الجرعة : 「 جرامات زيزفون + جرامين من الأريقي + جرامين من الورد +
جرامين من أوراق الفريز (الفراولة) ، ويشرب المستخلص المائي منها صباحـا
ومساءً .
علاج التهاب الكلية الحاد أو المزمن
يشرب المستخلص المائي لمخلوط من

## 

> + جلاج ارتفاع عزيزون البولينا في الدم




للمريض مرتيّن يوميّا :
علاج الحسإسية

والحييزة ، وإكليل الجبل ، والصعتر البري ، والصعتر العادي ، والقويسة ، الباري


علاج الربو|

r جرامات ضعتر + جرامين من زهر أبو صفير + جرامين من اليانيوني جرامين من الصعتر البري + جرامين من البردقوش .
 وجود نتط أعشاب تؤخذ نقطة تحت اللسان لإزالة الأزمة خلالل دقيغة واحدة.
علاج التهاب الجيوب الأنفية
ا- يشرب الميض المنقوع أو المستخلص المائي لـ بـ جرامات صعتز +

$$
\begin{aligned}
& \text { - Y- استنشاق بخار زهر البابويج }
\end{aligned}
$$


علاج الصداع
جرامان من المبق + جرامين من النيزفون + ج جرامين من النعناع + جرامين من اليانسون + جرامين من البردقوش • يؤخذ المنوع أو المستخلص المأئي لهذه النباتات مرتين ، أو ثلاث مرات في اليون مر ما علاج الشُقيقة (الصداع النصفي)

صعتر + جرام إكليل البجل + جرامَيْ نعناع .
r- يـ يقم المستخلص المائي على مرتين ، أو ثلات مرات بعد الأكل
علاج التهاب المفاصل

الكريز + جرامَيْ بردوَوش + جرامَيْ غار م
r- يشرب هذا المستخلص صباحَّا ومساءً .
علاج الروماتيزم
1- يؤخذ المنقوع المكون من جرام زيزفون مع عسل نحل
r-
علاج الصرع
ا- يؤخذ منقوع مكون من جرام أرطمسطا وجرامَيْ إكليل المبلل ، وجرام بردقوش
r- يكرر أخذ المستخلص المائي يوميّا
علاج ضعف الذاكرة
ا- يغضل عمل مسح لدهون اللد ما
| اسْتِذْامُ الأعْثـابِ الطبية في عِلاج بَعْن الأمرْ اض
Y- و غالبٌا ما يؤخذ المستخلص لتنشيط التتمئل الغذائي ، مثل المبنخلص
المائي لكل من إكليل المبل ، والبردقوش ، والراوند ، والحردل ،
.
بنسب
كتنشيط الُرِّجال
ملعقَة صغيرة من العود الهندي (القّسُط ) يوميّا
علا ج الطنينّ في الأذن
1- يؤخذ المستخلص المائي لكل من إكليل الجبل ، ورِعْي الحمام بنسب
متساوية
Y- يكرر :ذلك يوميّا ؛ حتى تخف حدة الطنين .
علاج اللُوُورُ

يؤخذ المستخخلص المائي لكل جرامي خردل أبيض + جرامي إكليل إلجبل ،
مع جرام عصفِر
علا ج التهابُ اللوزتين
1- يؤخذ المستخلص المائي بلجرامي قيصور ، وجرام خلبة، مع جرام
خردل ، مع 「 جرام صعتر .
Y- يؤخذ المستخلص المائي شربًا وغرغرة ، ضباحًا ومساء ؛
علا ج بحة الصنوت

وجرامي زهر بأبوج ، يكرر أخذ المستخلصى المائي صباحا ومساءً حتى تزون لـ
علاج النزلة الثشعبية
يؤخذ المسنتخلص المائي المكون من جرامي حشيشة الرئة ، ، وجرأمي زهر
بابوج ، وr جرامات صعتر ، و Y جرامات زيزفون .

## الفصل الثاني

## طب رسول الله

يحتوي الطب النبوي على عديد من الأعشاب الطبيعية التي وصفها



 عشب ، واستخداماته، وهي التي أقترح أن تعنن علميّا والباحث فيها لابد وأن يخرج بصيدلية كاملة لقلاج جميع الأمراض ؛ أن ولو ألو صحت الجهود وتكونت فرق بحثية متكاملة - لأمكن لهذا التراث أن أن يصحح مسيرة العلم في



الألْية

 رواه أحمد (Y/9/r) ، وابن ماجة (Y (Y
 بد أن تكون الشاة أعرابية ، لأنها ترعى على الشيح والقيصوم ، وهما أيضا ، الـا

* طب رسولْ الله حـلى الله عليه وسلم

مفيدان لآلام برقت النسا . ويتطلب ذللك بحوثًا مستفيضة تتحلق بهذا الشأن لإبراز حقيقة عاللاقة ذلك بالشيح والقيصوم

البصل
الاسم العلمي : Allium cepa الاسم
Liliaceae الفصيلة الز النبقية
قالل رسولِ الله :
 ومسلم ( الأثر الطبي
ا- يستخالم في علاج النوع الثاني من مرضى السكر ، وهو ما يسمى
 السلاسلل اليتيتدية (C-Peptide) طبيعية ؛ غير أنها يلزمها الكبريت العضوي ؛ لكي ترتبط مع بعضها البعض في صورة جزيء النيا أنسولين فعال ؛ لذلك فإن البصل والثوم وا-حلبة والقنبيط والكرنب والفجل واللفت ، كل هذا يفيد هذا النوع من مرضى السكر ، لأنها تمدهم بالكبرينت العضوي الموجود في صورة أحماض أمينية كبريتية ؛ كما ثبت أن أكل البصل طازجكا أو مطبوخًا يقلل من نسبة الإصابة بجلطة اللدم ؛ :ومن هنا يلاحظ أن قلة الإصابة بالجلعة عند الفلاحين والعمهال يرجع لاستعمالهـم البصل بكميات كبيرة في طعامهـم م
 ونوبات البرد .

المراذ الفعالة
1- يحتوي البصل على زيوت طيارة ونسبة عالية من الكبريت الموجود في

## 「Y طب رسول الله صلى الله عليه وسلم

صورة أحماض أمينية كبريتِة ؛ وهذه الزيوت الطيارة لها تأثير مهللك للبكتيريا العنقودية والسبحية ، المسببة لالتهابِ الزور والـلـلق .
Y Y يحتوي البصل على مركبات بيتيدية تشبه خيطي هرمون الإنسولين ،
مما يساعد في تخفيض سكر الدم .
r- سلفيد الأليل الني يعطي الرائحة المميزة .
. $C$ - ڤ


الاسـم العلمي : Citrullus vulgaris
Cucurbitaceae : الفصيلة



 وشراب وريحان ، يغسل المثانة ، وينظف البطن ، ويعين على الجماع ، وعن الا وينقي البشرة، ويقطع الأبردة ") .

Origanum marjorana البردقوش ، المردقوش الوش
الاسم العلمي : Origanum vulgare
Labiatae الفصيلة الشفوية
الأجزاء الطبية : الأوراق ، والأزهار ، والسوق .
المواد الفعالة : زيوت طيارة وتربينات
الطب النبري : الثابت أن رسول الله

طب FY
الزكام ؛ كها وارد استخداهه في الطب النبوي في علا الطمثت عند اللسبِلدات ؛ كمـا أنه يزيل الماء الزائد من الجسمـ .
 (YVA| ضصيف الحامع)
ولنا هنا و قفة في تقنين هذا العشب علميّا :

- 1 قذ وجنان بالتخريب الحلمي ؛ أن المستخلص المائي المحتفظ بالزيوت الطيارة ، من هذا العشب ، لa أثر فعال في تنظيمه هرمونات البرّينين ؛ والألدوستيرون ، والبروستاجلاندين ، وهي هرهون هونات الغلذ
 في علا ج صنغط اللد المرتفع . Y
 Parlodel اللدورة الشهرية ، وكذلك عسر الطمث. ومن ناحية أخرى فإنه يستخدم بنجاح في علاج حالات تسـم الحمـل ؛ إذ إنه آمِن تَامكا أثنـاء الحمـ
hormonal rـول كان هذا الحشب يحتوي على مولدات الهرمونات فور precurser ويجبارة أوضح يعيد الاتزان الهرموني . وإذا أخذه الأضحاء فإنه لا يؤثر في |نزانهم الهرموني ، بل يؤدي دوره في إسراع التمثل النذائي general anabolic

$$
\begin{aligned}
& \text { فإنه يؤدي إلى الاسترخاء . }
\end{aligned}
$$

طب رسول الله صلى الله عليه وسلم
ع- نظر| لأنه منشط عام ، ويعمل علمى إعادة الاتزان الهرموني- فإنه يزيل
الماء الزائلد من الجِسـم

-     - يستخدم البردقوش في صورة شاي في الو الو لايات المتحدة الأمريكية، ،



علاقته بهرمون البرو لا كتين المسئول عن علم المور انتظام الندورة . 7- ثبت حلثًا أن المستخلص المائي المتفظ بالزيوت الطيارة منه بخفض

سكر اللدم بنسبه تصل إلى 10 \% 10

- V أما عن استخخدامه في الحجام ؛ أي الزكام ، فقد وجد أنه له علاقة

وئيقة بتوسيع الشُعب الهوائية .


كما أنه مهدئ وطارد للغازات .

يوضتع مع اللحوم المصنعة كمادة حافظة طبيعية .
وأخيرًا وليس Tآخِّا ، فإن هذا العشب ما زال يتطلب المنـيد من البحوش .
|الجرعة

 ويكن أن يشرب بلون ون وكر ، حيث إنه ذو طعم ورائحة جيِّلة .

الاسم العلمي : Cyperus papyrus
الفصيلة : Cyperaceae

## ६ ६ طب رسْول الله حلى الله غليه وسلم

يعمل علىى قطع الندم من الجراحة ذرورّا ، ويقطع رائحة الثوم والبصل إذا
هضنغ ، ومإذانفخخ رماده في أنف الراعف قطع دمه .

فاطهة ابنتّه إلى حصير حرقتها ، حتى إذا صارت رمادا ألصقته على جرحه
 وابن ماجة (؟ .


الانسم العلمي : Malus sylvestris mill
Rosaceae : الفصيلة
الأجز اء الطبية: الثشهر .
رُوِي في الأثر أن التفاح يقوي القلب ، ومنه يعمل شراب التفاح الذي يلفع الوسوابنّ . وقل أوردد الذهبي هذا الأثر بصيغة التصنعيف .

والتفاح يـختوي علىى أحماض عضيوية ذات قيمة عالية في التمثيل 'الغذائئي ، وهو غني بعنضر الحديد ، ويوصف في حالات الإسهال المزمن والحادٍ ، وْهو

 والضعف الحأم ، وتصلب الشرايِن ، ومقوّ للكبد ، ويقال : إن تفاحة واحدة في اليوم تفيد البهاز الهضنمي تمامكا .
المواد الفعألة : أحماض عضوية ، وسكريات أحادية ، وأمنلاح دعدنية ، وڤيتامينات ، وألِياف ، مثل البكتين .

التمر
Palmae dactylifera : الاسم العلنمي

Wo طب رسول الله صلى الله عليه وسلم

Palmae الفصصيلة النخيلية

 الكبير (ITVrV) ) ، وصحيح الجُامع (YYA).

 . (IYI/乏) (
والثابت عن رسول الهُ








والتمر واللبن غذاء كامل متكامل ، وكثير من البدو يعيشون على التمر الجمفف ولبن الماعز ، وهم كشُوقون القوام ، وأصحّاء ، وأقل عرضة ، للأمراض ، سواء المزمنة أو الخبيثة منها .

والتمر والرطب يقويان الرحم عند الولادة ، ولذا فقد أشار النه به على

 إشارة إلى أن الرطب يغذيها ، وكذلك يزيد من انقباض الرحم بانتظام
وهذه نقطة بحث لا بد أن تؤخذ في الاعتبار .

وجذع النتخلة المراد في الآية الكريمة يقول عنه الإمام القرطبي : الجلع ساق النخلة اليابسِة في الصححراء اللذي لا سعف عليه ولا غصن ؛ والله يقول


 عنهما: ا كان جذعًا نخرًا ، فلما هزت نظرت إلمى أعلى الجلنع فإذا النسعف قد طلع ، ثم نظرت إلى الطلد قد خرج بين السعف ، ثم اخضرَ فصار بنلـكا ، ثـم احمر" فصـار زهرًا ثـم رطبًا . كل ذلك في طرفة عين ، فجعل الرطنب يقع بين يليها "






وعن بائشة - رضي الله عنها - قالت قال رسول الهَ



ومن السنة ألمطهرة أن يغطر الصائم على العجوة ، أو التهر ، قال

الحديث رواه أبو'داود (Y (YOO) ، الترمذي (70r)، ابن ماجة (799)

FY طب رسول اللل صلى الله عليه وسلم




المواد الفعالة
1- يحتوي على نسبة عالية من المواد النشوية المولدة للطاقة ، سكر الفركتوز ، وسكر الجلوكوز

 § - نسبة عالية من الفوسفور والحديد .
الجرعة : محددة في قول رسول الشَ أما طلع النخيل فيحتوي على

- ا سكر القصبـ

Y -
ץ-
ع - فيتامينات B و C

₹- يحتوي على هرمون الاستروجين الذي ينشط المبيض ، ويساعد على تكوين البويضة
والرطب والتمر والعجوة وعلاقة كل منها بالشفاء من السمّ أي : علاقتها بالكبد في مفاومة السموم، تتطلب دراسة بحثية مستغيضة .

Ficus carica: الاسم العلمي
^r طب رسول الله صلى الله عليه وسلم
Horaceae الفصيلة البّوتية الأجزاء الططبية : الثمار والأوراق .


 الأثر الطبي
التين عالي القيمة الغذائية ، وخاصة لاحتوائه على السكريات الأحادية ،

 أن الهعفوظ منه نعمل على إدرار اللبن .


 الحمراء ، والنذي يؤدي إلى خلل في تمثيل الأحماض المان النوا
 المتوقعة في حاضل الإذابة ، وهذا يعظي نقطة بحث جيد الم الما اللواد الفعالة : أ المواد مطهرة .


Allium sativum: الاسم العلمي

الأجزاء الطنية : الثمار .


طب رسول الله صلى الله عليه وسلم $q$ جب

الأئر الطبي
الثوم له علاقة بتخفيض ضنط اللام ؛ كما أنه يسرع التمثيل الغذائي
 أحماض أمينية كبيتية ، تفيد مرضى السكر من النوع الأول ، أي المتمدمين
 الثوم بما يحتويه من زيوت طيارة ، وخاصن الطان الطازج أو النِّيء منه ؛ لـ علاقة


 ومن ناحية أخرى فإن المقن الشرجية منه تزيل الديدان الديان الدبوسية عند الأطفال
 وكذلك تصلب الشرايين .


 وحديثًا ونظرّا لنوائد الثوم العظيمة ، فإنه توجد منه حبوب خالية لئ من الرائحة .

المراد الفعالة : زيت طيار ، مع مركبات كبيتية ، وثيتامينات ، وهرمونات ، ومنها مادة الأليسين ؛ وهي مادة هامة علاجيّا .

الجُمّار



- \& طب رسول الله حلى الله عليه وسلم

الحبة السـوداء
Nigella sativa : الاسم العلمي
Ranunculaceae الفُيلة الشقيقِية
الأجز اء الطبية : البذور .



واختلفت الأقوال في المقصود بالحبة السوداء : فقيل هي الشونيز :وقيل إنها الخردل الأنسود ، وقيل إنها الكمون الأسود، وقيل : إنها الكبمون الهندي . وذللك الأن هناك عددًا كبيرًا من الحبوب التي لها لون أسود .
والأصول الوبراثية للحبة السوداء التي كانت توجل في البلزيرة ألعربية يجب البححث فيهنا ، وما يوجد منها بريّا للكّن وإكثارها ؛ لأنها هي المقصودة ؛
 صنف آخر اختالافَا بيًّا . الأثر الطببي
لا يخفى علمى أحل في العالم فائدة الحلبة السوداء ، رغم أنها ربما لليسـت الصنف المقصو تساعد في زيادهُ المناعة عن طريق زيادة كفاءة وتركيز البروتينانٍ المنائعِة في جسم الإنسان : كما أن استخلدام البنور المطحونة منها مع عسل النحل يقي من نزلات البرد، ،والإصابة المتكررة بالإنفلونزا ، فخالا عن زيتها اللي يهـدئ من النزلات الشنعبية ؛ ويسكن السعال .

## E) طب رسول الله صلى الله عليه وسلم

ثم أعود وأكرر ما قد ذكرته آنغًا ، وهو التأكيد على البحث في الأصصول

 ولقد ذكر الأطباء والعشابون فوائد كثيرة لحبة البركة ، لكني أرى البداية بالبحث في الأصول الوراثية للبة البركة ، ثم التقنين العلمي لها، ثم إبراز الفوائد

المواد الفعالة : مادة النجلين nigelline ومادة النيجلون nigellone
الجرعة

$$
\begin{aligned}
& \text { Y جرا'م يوميّا من الحبة السوداء المطحونة مع عسل النحل } \\
& \text { 0 نقط زيت في حالة النزلات الشعبية ، أو السعال . } \\
& \text { حبٌ الرَّشاد }
\end{aligned}
$$

Lepidium sativum : الاسم العلمي
الفصيلة الصليبية Crucifeae
الأجزاء الطبية : النبات والبذور



الأثر الطبي
حب الرشاد هو ما يسمَّى بالثفاء ، وهو حب لونه يميل إلى البني ؛ وهو
 أنه يفيد في حالات الدوسنتاريا الحادة والمزمنة . المواد الفعالة

-     - زيـت طيار يسمى cress oil

Y ¢ طب رسو ن الله صلى الله عليه وسلم
glycotropoelin جليكونسيد يسمى
r- r- تحتوي البذور على أملاح اليود والحديد والفوس سفات

الـُلْبُ
fenugreek: الاسم العللمي
الأجزاء الطّبية : البذور ، هوالأوراق .

بِوَزْنها ذَهَبَا . ،(مجمح الزوائد / / ع ) ).

الأثن الطبي

القرن الحلالي ،|وأثبتت أن


المتتمدين على الانسولين من الخلارج •

وتحتوي الـلبة على سلاسل اليّتيدات المرتبطة بالزنك ؛ والتي يعزى إليها

 البنكرياس إلىى إنسولِين فُعَّل .

وقد سبق أنن ذكرنا أن مرضى السكر من النوع الثاني يعانون نقصّا في

 الحيوط ، التي غالبًا ما تفرز في صورة طبيعية ، إلى الأنسولين الفُعال .

طب وسول الله صلى الله عليه وسلم
وتشير الأبحاث إلى أن بذور الحلبة تحتوي على مادة مضادة كلالتهاب ، لذلك تستخدم في حالات آلام المفاصل ، كما أن كمادات الخلبة تستخدم في علاج

الجروح
المواد الفعالة
trigonel- ا- بجانب ما سبق فإنها تحتوي على قلويدات هي التريجونلين lene ، والكولين choline ، ومواد صمغية ، ويروتين ، سبق الكلام
عنه ، وزيوت ثابتة .

Y - تحتوي بذور الحلبة على مادة ديوسجنين ، وهي مادة لها مفعول شبيه
 متاعب المرأة في سن اليأس r- ثبت أن المستخلص المائي منها يزيد من إدرار اللبن ، كما أنه يساعد في حالات تأخير الدورة الشهرية . ع- تحتوي الحلبة على مادة trimethylamine ، وهي تستخدم كمنشط جنسي للنساء .

Lawsonia inermis : الاسم العلمي

## الفصيلة الحنائية الئي

 الحناء - الترمذي (Y| (


وروى أبو هريرة ، عن رسول الله - صلى الله عليه وسلم - ه إن اليَهُودَ

§ § طب رسون الله صلى الله عليه وسلم



 الجِامع الكبير (100Nr


الأثنر الطبي
الحناء تحتوي على مواد قابضة ، وتحتوي على سلاسل يتيتُنـية ذات أحماض أمينّة من نوع بيتاأمين بيتاكربوكسيل ؛ وهي ذات فـات فعالية عظظيمة كمضاد حيوي قوي واسع المعول ؛ ولنذلك تستخدم فين علاج التّنيا بين الأصابع ، ومُطهرة للجروح والقروح والتهابات القدمين وتشقتها . ومن المعرْوف أن الحناء لها علاقة بتجفيف الرظوبة ، لذلك فإنها تزيل فطريات التنيا التي تزدهر بالرطوبة ، فضلا عن أن لها تأثيرًا فاتلِّ للفطزيات ؛ سواء النموات الظاهرة أو الميسلية ؛ أي جذور هذه الفـر الفريات . المراد الفعالة :
ا - ا تحتوي الأوراق على مادة لوسون lawsone
r- r
. hennatanin
₹- زيوت طيارة من نوع ألفا وبيتا أيونون .

قال رسول الله وَّ

## طب رسول الله صلى اللهعليه وسلم 0 ؛

وأحمد ( $)$
ابن ماجة ( (OMIN) ، وضعيف الجُمامع (OQY) .

وصحيح الجلامع (• • o ) .

والحلل وبخاصة خل التفاح له فوائد عظيمة ؛ فهو يقلل دهون اللدم ؛
 الدهون ؛ وذلك لأن الخلل هو حمض الأستيك. والمركب الوسطي في جسم الإنسان والني له علاقة بالبروتين ، والدهون والكربوهيدرات ، يسمى أسيتوأسيتات acetoacetate ؛ أي أن تناول الخنل بصفة منتظمة في مكون

 فرصة تصلب الشرايين أو تنعدم تمامًا ؛ لأنه يحول الزائد الئد منها إلى المركي الوسطي وهو الأسيتوأسيتات الذي يدخل في التمئيل الغذائي
 الرمادة كان سيدنا عمر لا يأكل إلا الزيت والـل ، وما أكل أكل لـما إلا با بعد ألن . أكل كل فقراء المسلمين

وخل التفاح أفضلُ أنواع الخل؛ ؛ لأنه بجانب حمض الأستيك المكون
 في التمثيل الغذائي ، إلى جانب العديد من المعادن اللازمة للجسسم
وقد جاء في كتاب الطب الشعبي للدكتور جارفيس ؛ أن الخل مطهر
 ذكر أن الخل يقضي على الصديد الموجود بالبول .

> ؛ طب رسول آلله صلمى الله عليه وسلم

وذكر أيضنا أنه يستخدم في غلاج السمنة المفرطة بتناول ملعقتين من الخلل مع كمية مناسبة|:من الماء يوميّا

 ذكر دكتور جارفيس أنه يستعمل كغرغرة للحلق والزيور . الجرعة : ملعقة خل 1 ٪ تُخَفَّف بمقدار كوب كبير من الماء. الحَرْدرّ

## الاسم العلمي : خردل أسود Brassica nigra

خردل أبيض Brassica alba
Cruciferae الفصيلة الصنليبية
الأثر 'الطبي
وهو يستعمل كنوع من التوابل الحريغة ، والمعروف عنه في الطب الُشعبي
أنه يستخدم في سرعة جريان الدم ، وذكر في الطب الشعبي أنه يفتح سداد
 المستردة التي تحتوي على •r \% من الحردل .

ولنا تجربة مفيدة فيه ، وهي استخدام حمام مائي من الحزدل المطحون


 والتي توجد بها جروح لا تلستم م وتوجد لدينا خلطة مقننة غلميًا لعلاج حالات الغرغارينّا في بدايتها لقدم مريض السكر ؛ حتى يمكن تفادي البتر . ومن نأحية أخخرى فإنه يساعد في حالات التهاب الأعصاب الطرفية -

EV طب رسول الله حلى الله عليه وملم
peral neuritis -السكري المواد الفعالة
| - 1 . sinigrin
r- زيت طيار له طعـم حريف .

> الجر عة

1- مقدار
Y- من الخارج مقدار ملعقة كبيرة 1 جرامات من الخردل في ه لترات
ماء؛ كـحمام مائي للقدمين .
الريّيحان
Ocimum basilicum : الاسم العلمي Labiatae الفصيلة الشثفوية


(
 الحديث رواه البخاري (T ( $1 / 0$ ) ، و ومسلم (

الأثر الطبي
1- شاع استخدامه في علاج الإسهال ، وشمه يسكن الصهاع، كما استعمل مسحوت أوراقه كمضاد للقروح والبثور ؛ كما أنه عندما يستخلم في صورة لَبْخَة يقوِي الأعضاء .

أما ما يستُخدم منه من دهن فإنه يقوي الشعر ، والمستخلص المائي منه يداوي الـُروق ، وكذلك ينفع هذا المستخلص الناتِ من وضـع مام مغلي على ملعقة من مسحوقه في السعال وقطع الإسهال .
Y- أثبتت الأبحاث أن زيت الريحان يقتل البكتيريا المسببة لحب الشبنابُ .


₹- شاع اسثخدامه في طرد الطفيليات من الجُسم ؛ إذا أُخِذَ في 'صْورةٍ مستخلص مائي
الألأجزاء الطبية : الأوراق والأزهار والبذور

1- زيت ريجانان ؛ وهو يحتوي على ocimene.
Y- كما يحتوي على ramphor . .
البرعة
جرامان + كوبب ماء مغلي يوميّا .
ولعلاج حب الشباب بالزيت يؤخذ مقدار نصف ملعقة صغيرة يوميّا ؛ على أن يستمر ملاملامسًا للجلد لمدة ساعة . الرِّجْلَة
Portulaca oleracea : الاسم العلمي

## Portulacaceae الفصيلة الرجلية


 ومعنى مرثها أي'نتعها في الماء .

طب رسول الله صلى الله عليه وسلم 9 §
الأجزاء الطبية : البذور ، والأوراقَ ، والسوق .
الأثر الطبي
عصير أوراق الرجلة يحتوي على مواد مخاطية تعزل الجروح وتنقيها من البكتيريا والفطريات ؛ كما أن بذور الرجلة تقلل من امتصاص الم المواد السكرية من الأمعاء ، ولذلك يككن أن تستخدم في تقليل الوزن ، ويككن أيضاً أن تستخدم بدلاَ من دواء الجليكوفاج Glycofage في مرضى البول السكري . المواد الفعالة : 1- أملاح معدنية.

الرُّمان
الاسم العلمي : Punica granatum
Punicaceae الفصيلة الرمانية
الأجزاء الطبية : قشرة الثمرة ، والثمار




 قَلْبَهُ" ، الفردوس (O^EY) ، وضعيف في سنده .
 الزوائد ( ( ) § ) وهو موقوف على سيدنا على (كرم النه وجهه) .

المواد الفعالة
1- تحتوي القشُرة الخلارجية على حمض التنيك ، والتّينات ، وهي مادة

- هب رسولٌ الله خلى الله عليه وسلم

Y- بتحوي الثمار على هذه المادة القابضة ، وعدد كبير من السكريات ؛
أكثرها السكريات الخماسية ؛ كما تحتوي على نسبة عالية من الألملا
المعذنية ، وأهمها عنصر الحديد ؛ لذلك فهو مفيد في حالات الأنيميا.
الأثر الطبي
1- يستخخم القُشر الخارجي ، وما يحتويه من شحم بعد تجفيفه ، في

وكذلك قرحة المعدة والاثنى عشر . ولقد ذكر هذا في الطب الشعبي
باستغاضه تامة .
وقيل : إن خُلِطَ المجفَ منه مع الشُيكوريا ، فإنه يعالج تمامًا قرجة
المعدة والاثنى عشر .

Y- أمكن أستخلاص مادة فعألة طاردة للديدان من الرمان. .
ولقد غرف قدماء المصريين قشر الرمان مع الزنجبيل لطرد اللذودة الشُسنيطية ،
وهو ما أُثبت حديثًا ؛ حيث إن القشرة تحتوي على قلويدات ، أهمها :
. gallotonic acid البليترين ، وحْمض
Rheum : الالاوند العلد
الأجزاء الطبية : الريزومْات ، والسوق ، خاصة القِلْف .
الأثر الطبي
له أثر طبي فعال في حالات الكبد ، وتنقية اللمُ • ويستخدم في الطب الصيني مسحوق الجذور لتقوية المعدة

أما في ه فصر ه فإنه إلى وقت قريب كان يستخدم مستخخلص الُسوق مع

هب رسول الله صلى الله عليه وسلم 1
الصودا في صورة (راوند- صودا) الذي شاع استخدامه لعلاج المعدة ، وسوء الهضم ، والالتهابات المعدية والمُوية ، وهو يفتح الشهية .
وكثير من البحوث الحديثة استخدمت سوق الراوند ؛ كمقويات ؛ إذ ثبت
 ويستخدم مغلي النبات لعلاج معظم أمراض اللدم خاصة أنه يزيد من تكوين الصفائح الدموية .
ويقال : إنه يعالج الكبد الدهني ؛ كما أنه يستخلم من الخألارج في شفاء الجروح والالتهابات ، لاحتوائه على مواد مطهرة ، وقاتلة للجرائيم.

المواد الفعالة

- جليكوسيد الأليزارين

الجرعة :
ملعقة صغيرة 「 جرامات من السوف تئخذ يوميّا لمدة شهر كمقو" عام ،
وأيضاّا في علاج مرضى الكبد .

الزَّبيب







## or

ويوصف فيّ الطب الشعبي لتقوية الذهن والذاكرة ، حيث يؤخذ مع

الجر عة :
 الزَّعْفران
Crocus : الاسمم العلمي
Tridaceae : الفصيلة

 . (V^/\乏)

وذلك لأن النزعفران مُقرِح يقوي الروح ؛ وإذا غليت مياسم النبات تنفع

 الزَّنجّبيل Zingiber officinale: الاسم العلمي

> Zingiberaceae : الفصيلة

عن أبي سعيل ؛ أن ملك الزوم أهدى النبي كل إنسان من أصحابه قطعة . الحديث أورده أبو نعيم في الطب النبي النبوي كما في ذكر السيوطي .

or طب رسول الله صلى الله عليه وسلم
الزيّتْون
Olea europaea: الاسم العلمي
Oleaceae : الفصيلة
أولا - زيت الزيتون


(\&rv々)
المواد الفعالة والآستعمال
يحتوي على الأحماض الدهنية غير المشبعة ، وحيدة الرابطة المزدوجة ؛
وهو ما يميزه عن بقية الزيوت . وقد ورد في الكتاب الأمريكي الصادر في
 للمؤلف أندريا ويل - أنه يجب استبدال كل أنواع الدهون التي يتناولها الإنسان ، وخاصة بعد سن الأربعين بزيت زيتون طازج ، حيث إنه : ا- يذيب الدهون ويساعد في تقوية الكبد ، وعلاج الكبد الدند الدني ، وبذلك يزيد من النشاط ؛ ومن ناحية أخرى فقد ذكر الكتاب أن الدواء المعروف في الأسواق باسم Essential Fort يحتوي على نسبةٍ عاليةٍ من زيت الزيتون ، وهو الذي يوصف أساسيّّا لمرضى الكبد ، كما أنه يحسن من وظائف الكبد ، وخاصة أنه مضاد للسهوم ، ومن هنا فهو

Y- الادهان به يقوي الشعر ، والأعضاء ، ويبطئ الشيب .
ץ- والادِّهان به مع مستخلص الثوم على العانة يزيد القدرة الجنسية ، ويعالج الضعف الجنسي عند الرجال ؛ بحيث يبقى الدهان المان المدة ساعة يوميّا ، أو يوم بعد يوم حسب الحالة .
§
ع- شرابه يطلق البطن ، وإطلاق البطن هفيد لمرضى الْكبد ؛ كما أنه
ثانيا - ورق الزيتونون به من وجع

شاع في فرانسا في الآونة الأخيرة أن أخخذ ملعقة من مسحوقن ورقن الزيتون الجلاف مفيد فين تنظيم ضغط اللدم ، وعلاج ارتفاعه ، وذلك بلا يختويه من مواد هدرة للبوإل ؛ كما أن به مواد دابغة تخفضن عن سكر الندم .
السَّرَجْكَ

Cyclamen vulgaris : الاسم العلمُي
Cognassier:الفصيلة

الفردوس (EV|Y) ، والجلمامع (६Y \& ) .



 رَجُلا" ، ضنعيف الجَامعِ (Y) .


$$
\begin{aligned}
& \text { المراد الفعالة }
\end{aligned}
$$

تتطلب بحوْنًا مستفيضة لتحديند ما به من مواد فعالة ، وأثنزها الطبي في زيادة بناء الأجسام وتقويتها ، وكذلك أثرها في الحـالة الحصهبية والنفسية ، وهو ما أشار إلبنه سيدنا محمد كِّ

طب رسول الله صلى الله عليه وسلم. 00

Casssia acutifolia angustifolia سنا حجازي



والسنا نبات شجيري من الفصيلة القرنية ، زهره مصفر ، وحبه مغلطح رقيق ، كُلوي الشكل تقريبًا ، إلى الطول .
والسنا المجازي ، والذي يعرف بالسنا المكي ، أفضل من الألصناف




 المواد الفعالة : لم تدرس للآن .

 وعلاقة ذلك بالقضاء على الخنايا السرطانية في مزارع الأنسجة الخناصة بالكبد والرئتين والبروستاتا .
العلاج : تستعمل أوراق النبات فقط بعد نقعها في الماء لمدة و الم ساعة ، ويشرب المنقوع بدون الورق السنّوت
Anethum graveolens: الاسم العلمي

طب زبر زسول الله صلى الله عليه وسلم
 إلا السّامَّ ، سبقِ تخريجه .

 إنه الشتبت ؛، كما يطلق عليه في الشُام ، وقيل إنه التمر .

المواد الفعالة
1-زيوت طيارة
ويستخدم السَّنُوت في الشفاء من الرمد ، والانتفاخات ، ‘ُوالأورام ، وكذلك يسنكن مغص المعدة والأمعاء، ، وطرد الفازات ، ويستخدم في علاج الأرق
وأكرر أن مخلوط السَّنا والستّوُوت يحتاج إلى دراسة مستفيضة تشمل كلا كلا منهما على حدة ، والمخلوط منهما ، وتحديد نسبته في علالج الأمراض .السرطانية والثيروسية

ولنا تجربة محل البحث والاختبار تسير الآن في علاج إلثفيروبأت ؛ مثل
 الأنسجة ، إونسأل الله التيبير ، وعلى الله قصد السبيل .

الاسم الُعلمي : Hordeum vulgare

## Gramineae : الفصيلة


 (TY/M)
ov طب رسول الله صلى الله عليه وسلم

وقال أبقراط : في ماء الشعير عشر خصال معدودة ، وهو أسرع الأغذية في الأمراض الحادة .
الأجزاء المستعملة : الحبوب .

 في السعال ، وخشونة الحلق ، وجلاء اللمعدة ، وقاطع للعطش

الصبِّر
الاسم العلمي : Aloe Aloes : الفصيلة

رُوِي عن سيدنا عثمان بن عفان عن رسول النه


ورَوى أبو داود في كتاب " المراسيل " من حديث قيس بن رافع القيسي
 والثفاء المذكور في المديث هو حب الخردل .

الطب النشبي
يستخدم الصبر في إزالة ورم الجفون ، ويفتح سدد الكبد ، ويذهب اليرقان ، وينفع قروح المعدة .

ويستعمل الآن الصبر في العطارة وفي الأدوية الحديثة كمسهل في بعض حالات الإمساك ، ومنه أنواع كثيرة أشهر ها الهندي والفير الارية المدي كي

هر هبطب رسـل الله صلي الله عليه وسلم
المراد الفعالة : جليكوسيدات - ترتينات

الصُّعْتر
الاسم العلمئ :Thymus serpyllum

الأجزاء المستعملة : الأزهار .




والحيض ، ونافع من برد المحلة والكبد، وباع ، وباعث للشهوة .
الالَدَس
Lens esculenta: الاسم العلمي
Lemnaceae : الفصيلة

البيهتي
الأجزاء المستعملة : الحبوب .
المراد الفعالة : يحتوي العدس على نسبة عالية من البزوتين تفوق تلك البي في في الفول ، وبه كميات حسنة من مركبات الحديد والكالسيوم والفوسفون •

الأثر الطبي
قشره يعالج الإمساك ، ويدر البول ، ويعالج فقر الدم ، ويحفظ الأسنان من النخر ، ويفيد في فتح الخراجات إذا سلق بالماء وهرس ، وعبر ، وعملت منه كمادات على الـلـراج

طب رسول الله صلى الله عليه وسلم 09

> العود

Aloexylon agallochum: الاسم العلمي agalloche : الفصيلة

رُوِي أن رسول الله
 الحديث رواه مسلم (10/10) ، والنسائي (107 ) (استجمر: أي تطيّب) . والعود أجوده الأزرق ، وهو يقوي القلب والحواس . والعود الهندي نوعان : أحدهما يسمى الكست أورد أو القسك ، ويستعمل في الأدوية ، والثاني يستعمل في البطِّب .
وقد قال رسول اللهَ


المراد الفعالة :
يحتوي على نلاث قلويدات :

oxigacanthine أو- أوكسيجاكنثين
والأمر في العلاج بالعود يحتاج لتقنين علمي لمعرفة فوائده في علاج
 الفاغية
Lawsonia alba lam: الاسم العلمي
Lythraceae : الفصيلة
كا ذكر في شعب الإيمان عن بريدة مرفوعًا : لـ سِيِّدُ الريَّاحِينِ في الدُّنِيا

- • طب رسول'الله صلى الله عليه وسلم
 الجُامع (0 اسץ) ، وعزاه السيوطي للطبراني في الأوسط ، ولأبي نعيم فين

الطب

رواه البيهقي ، وضعيف الجامع (ش|
والفاغية ههي زهر إنحناء ، وهي تفيل في علاج الأورام الحلارة ، وتمنع العدة
إذا طويت مع الصوف .
القثّاء
Cucumis sativus: الاسم العلبني
Cucurbitoceae : الفصيلة
كان النبي
 ماجة (OMO) .

وقالت السِيدة عائشة (رخي الله عنها) : 月 عالمتني أمي بكل شيء فلم * . أسمن ، فأطعمتتني القثاء والرطب فسمنت ارِي

والقثاء أخفـ من الخيار ، وملر للبول ، وهو بارد رطب في إلثانية ، أفضهله الثنضيج يسكن الحرارة . القَرْ
Maxima duchesn: الالسم العلبُمي
Cucurbitaceae : الفصيلة
وهو جنس نباتات زراعية من الفصيلة القرعية ، فيه أنواع تزرع لثّهارها ، وأصناف تزرع للتزين ، وهو يسمى الدباء .

71 طب رسول الله صلى الله عليه وسلم
قال أنس


 المواد الفعالة
ما زالت مجهولة ، وتقع هذه المواد الفعالة بصفة عامة في البذور الناضجة . والثمار

الاستخلدام في الطب الشعبي


- Y
r- تستخلم بذ بـوره المقشرة في طرد الدوده الشَيطية ، دون أي ضرر .
القُسْط
الاسم العلمي : Amomum hirsutum
Zingiberaceae : الفصيلة
قال رسول اللهَ



المواد الفعالة

$$
\text { - - هرمونات جنسية . } \text { - م مواد أخرى مجهولة . }
$$

والقسط بحتاج إلى إجراء عديد من البحوث والاختبارات المعملية والتجارب لاستكشاف فوائده العديدة ، وقيمته العلاجية في كثير من

ץ طץ رسول الله حلى الله عليه وسلم الكافور

الاسم العلمني :Eucalyptus globulus
الفصيلة : Myrtaceae

ذكره الله تعالى في كتابه حيتت يقول : إِ إن الأَبْرارَ يَشْرَبُونَ مِنْ كَأَبِ كانَ مِّاجُها كافُورًا :

ويقوي الحُواس ، ويقطع الباه ، وتستخدم أوراق الكافور كسجائر لـالات الربو ، وززيته بنطهر يفيد في حالات الزكام والإنفلونزا ، ويسثخدم كلدهان لآلام الموماتيزم ، ومنشط للدورة اللدموية ، وإذا وضع على الـحرووق يمنع تقيحها ، ويوقف التهابات اللثة ، ومنقوع أوراقه يساعد علمى إزالة عسر الهينم ، والحممى المتقطعة .

الكير
 ". . ويستخدم في الطب الشعبي لعلاج الطحال .

يحتاج إلى إنحراء بحوث مستفيضة . اللُّان

الاسم العلمي : Rosmarinus officinalis
Labitaceae : الفصيلة
النبان هو الجنندر أو حصا البان .



جب رسول الله صلى الله عليه وسلم
الحديث رواه أبو نعيم .
 الحديث رواه أبو نعيم

وعن علي ॥ أنه شكا إليه رجل النسيان ، فقال : عليك باللبان فإنه يشجع
القلب ويذهب النسيان هـ .
وعن ابن عباس - رضي الله عنهما - ه أخذ مثقال سكر ومثقال كندر
يسفُّه الرجل أسبوعيّا على الريق جيد للبول والنسيان . «

وقال عبد الملك بن مروان : ثلاثة أشياء لا تكون إلا باليمن قد ملأت الدنيا: اللبان والورس والبرد اليمني .
والكندر ينغع في وجع المعدة، ويطرد الرياح ، وينبت اللحم ، ويجلو
 وينفع من كثرة إدرار البول ، ومن يبول في الفراش ، ويخور ، ويخوره ينفع من الوياء ،
 وإذا نقع وشرب على الريق أذهب النسيان .
وعن الفائدة التي تنتج من حركة المضغ فهي تتمثل في تقوية عضلات الفكين والوجه ، ويجعل قناة استاكيوس مفتوحة دائمًا (وهي تلك القناة التي تصل بين الحلق والأذن الوسطى) ، ومن ثم يتعادل الضنط الجُوي داخل الألأن
 والزكام ؛ حيث تصاب هذه القناة بالانسداد ويحس المريض بطنين وانسلاد .

 دهون ، علاوة على الأحماض الأمينية المفردة ، أو الموجودة في صورة

 وتضخم البروستاتا ، هذا بالإضافة إلى احتوائها على عناضر الفوسفور ، ، والبوتاسيوم ؛ والصوديوم ، والكالسيوم ؛ فضلاً عن احتوائها على كميأت كبيزة من ڤيتامينات با ، ب MY .

وهذا النوع من النباتات الفطرية ينمو في ظل سقوط أمطار الرنيع المصحوبة بالرعد ؛ 'وذلك لأنها تحتاج إلى الأسمدة الأزوتية ، والرعد يحو يحول
 النيتريك ، وهنه الأحماض مهمة للغاية في نو الكمأة

ماء الكمأة دوواء للعين




 والسؤال الآن هو (ما المراد باء الكمأة) ؟

 الناتج بعد سلقها ، أو بتعريضها جافة للحرارة ؟

إن نص الحُديث الشريف السابق يحتمل كل ما سبق ، وبِقد قال الغافقي

طب رسول الله صلى الله عليه وسلم
في المفردات : 1 ماء الكمأة أصلح الأدوية للعين إذا عجن به الكحل واكتحل به ؛ فإنه يقوي الجِفن ، ويزبد الروح الباصرة حلدة وقوة ، ويدفع عنها

النوازل)".
ومما ينبني أن نشير إليه في هذا الصدد أن عصر الكمأه مطلقًا دون تقشيرها خطأ ؛ لأن ماءها هنا يختلط بالمواد البروتينية ، وفي هذه المحالة يسبب عصيرها حساسية للعين ، ولذا أحببنا أن نسوق هنا قصهة لأحد خلفاء الماء المسلمين
 قال : أكثرت من الدواء لعيني فلا تزداد إلا رمداً . وسئل في ذلك الإلِّ الإمامٍ

 يوحنا بن ماسويه وكان طبيبًا من أهل الكتاب عرف بم بمهارته في مجال الطب ،

 وأخرج ماءها بالمرود فكحل به عين المتوكل فبرئت في الدفعة الثانية . ولما أبلغ يوحنا وهو الطبيب الكتابي بنص الحديث النبوي السابق أعجب به وقال أشهد أن صاحبكم كان حكيمًا ، وهو يقصد بذللك رسول اللهُ هل يقصد من الحديث أن ماء الكمأة شفاء لكل أمراض العين؟ نرى أن ذلك لا يجب أن يؤخذ على إطلاقه دون تخصيص ، وذلك لأل ألن استخدام الصالخين لها على الإطلاق وليس على التخصصيص كان النى منهـم تبركا بالحديث الشريف، وذلك ما يلخل في الاستشفاء الروحي ، وعليه فإنه لا يقاس عليهم غيرهم ولنا على هذا النبات بجريب علمي يمكن به تقنين استخداماته ، ويتلخص في : أ 1 - أن الكمأة أنواع ، منها ما هو أبيض ، ومنها ما هو أحمر ، أو أصفر ،

צ7 طب رسول الله صلى الله عليه. وسلم.










 الاستخالاص بالتسخين إلى درجة 0 ع درجة مئوية .


 للمعايشة رغم|حدوث التدهور في البصر ولكن بعدل أققل ،




لكن هل علاج اليِن بماء الكمأة علاج ومعايشة ، أم أنه وسيلة قاطعة
 الطمأنينة ، ويزبِ نور الإيمان في القلوب ، وقوة اليقين في الأفئدة ، وتشصديقًا

TV طب رسول الله صلى الله عليه وسلم

لرسول الله هِئِّ المياه الزرقاء ، ومن زيادة صنط العين وما يصاحب ذلك من مضاعفات ، وذلك من خلال استخذامها كماء للعين (قطرة) لمدة شهر بمعدل مرة واحدة يوميّا ، والنتيجة هنا بالتحلديد تزيد على •ه ٪ من المرضى النذين م الشفاء الكامل لهـم بهنه الوسيلة ، ومكا هو جلير بالذكر أن نسبة • 1 ٪ تأخر شفاؤهـم بإلى عدم الانتظام في الاستخدام .

وبعل هذا الفيض من نور النبوة ، وهذا الهدي الكريم الذي تبين لنا ، وبعا معرفة تركيب ماء الكمأة، وتأثيره الإكلينيكي الأساسي على المياه الزرقاء ، ومدى تحقق الشفاء الكامل من هذا المرض الذي ليس له علاج متاح للآن ، وبعد ما ذكرته من تجارب علمية في هذا المجال كانت نهايتها النجاح ، بإبّات ملى فائدة ماء الكمأة في علاج أمراض العين وغيرها من أمراض - فسأتقلم بعون الله لتسجيل براءة اختراع أوربية وأمريكية بذللك ؛ لتعظيم الاستفادة منه والإشارة إلى أن هذا من أقوال الرسول السو اك (الأراكّ)

الالاسم العلمي : Salvadora persica الفصيلة الأرالية Salvadoraceae الأجز اء الطبية : السوت ، والأوراق ، والجلذور .

قام من الليل شاص فاه بالسو اك .
والسواك يحتوي على مادة الفلورين التي تمنع تسويس الأسنان ، كما يحتوي على زيوت عطرية ذات رائحة طيبة ، كما يحتوي على مواد كيميائـُ تزيل صفار الأسنان ، ومواد قابضة تتوي اللثة ، ومضاد حيوي في صر

7^

بتّيدات .
المواد الفعالة
1 - 1
ع
الأثر الطبني :

- 1 المستخلبص المائي منه ليوقفن نزول دم الحيصن ، وبذلك خصن الله لها الأرض المقدسة في مكة حيث ينبت هنالك ؛ حتى يمكن للنُساء الطوافُ حول بينت الله الحرام • Y - يستخلد مسحوت الجلنور في صناعة معاجين الأسنان .

يروى عن أبن عباس أن في السواك عشر خصال : ه يطيبب الفـم ؛ يشبد اللثة ، يذهب البلغم ، يذهب الحفر ، يفتح المعدة ، يوافق البنة ، يرضي الرب ، يزيد فئ'الحسنات ، يفرح الملائكة " والـخصلة العاشرة مردودها على نفس

المستخدم (الفوائد المجهوعة للشوكاني با 1 () . الوَرْس
الاسم العلنبي :Memeylon tintorium Melastemaceae الفصيلة

* قال الترمذي : إن النبي


وعن أم سلمة : ॥ كانت إحدانا تطلي على وجه8ا بالورس من الكلفت ."



طب رسول الله حلى الله عليه وسلم 79
والورس بارد يابس ، ينفع من الكلف والـحكة والبيور إذا طلي به الوجه ، وشربه ينفع من الوَضَتح ، والثوب المصبوغ غ به يقوي الباه .

اليقطين
Cucurbita: الاسم العلمي الفصيلة : cucurbitaceae

ذكره الله تعالِى حيث يقول : وا وأَنْبْنا عَليهِ شَجَرَة مِنْ يَقْطِين جا .

 غني بغيتامين (أ) و (ب) ، وهو يغذي البدن غذاء جيدا ، وله استعمالات ، طبية جمة ، منها :

أنه يستعمل مسهلاً إذا شرب من عصيره قدح على الريق ، ومغناد اللحروق في ضورة كمادات من البذور ، وتستخدم بذوره في علاج الأرق والتهاب مجاري البول ، ولمعالجة العجز الجلنسي حيث تؤخذ كمية متعادلة من

 مع الحليب وتشرب لمدة ثلاثة أيام ، ويؤخذ بعدها مسهل قوي

## الفصل الثالث

## بعض أعشاب مصر الطبيـة المأخوذة مـن التـراث وفوائدهـا

## الأقْحُوران

Calendula officinalis: الاسم العلمي
Compositae الفصيلة المركبة
الأجزاء الطبية : الأوراقَ ، والأزهار ، والثهار .
المواد الفعالة
1- كارْوتينات
r
الأثر الطبي
1- يسنتخدم المستخلص المائي لخفض درجة الحرارة: ، ومنر للبول، وقابض ومسكن
Y - مسشتحلب الأزهار يستخدم في معالجمة الضعف الجنسي .
r- يسنخدم أيضنا مستحلب الأزهار في علاج سرطان الرحم ، والمعدة .
الجرعة : باججرامات يوميّا لمدة شهر أو شهرين •

Matricaria : الاسم العلمي

Y بعض أعئاب مصر الطبية المأخوذة من التراث وفوائدها

Compositae الفصيلة المركبة
المواد المزاء الطبية : الأزهار

زيوت طيارة ،هي :
1- أزولين
الأثز الطبي

> 1- الزيوت الطيارة مغيدة للمعدة ، والأمعاء ، والقولون.
> Y- طلارد للفازات ، ومزيل للانتفاخات .
> r- بـخاره يستخلم كعلاج لالتهاب البحيوب الأنفية .
> ع- إذا استعمل من الخنارج فإنه يزيل الجروح ، والالتهابات . الجرعة : ملعقة Y جرامات + كوب ماء مغلي

Betula : الاسم العلمي
Betulaceae الفصيلة البتولية
الأجزاء الطبية : الأوراقَ ، والقِلْف ، وعصارة السوتَ. المراد الفعالة

- ا- أصباغ ، وفلافينويل .

Y Y جليكوسيد ، مثل : بيتولين ، وتانين ، وسابونين . الأثر الطبي
1 - يستخذم المستخلص المائي في علاج الجبروح .
r - r r- أوراق النبات تستخدم في علاج الروماتويد المفصلي ع- يقال : إن ما يحتويه من جلِيكوسيدات ينفع في الحلد من النموّات

بعض أعثباب مصر الطبية المأنوذة من التراث وفوائدها VY
0- عصازة السوق تسمى : إكسير الحياة ؛ حيث تعيد النشاط للشيوخ
بَبْلْة الملك ألـرُ كِليلة محددة وتحتاج إلى دراسة .

Fumaria officinalis : الاسم العلمي
Fumariaceae : الفصيلة الثفيومارية : الارية ، الأجزاء الطبية : السوق ، والأوراق ، والأزهار . المواد الفعالة
ا - حمصض الثيوماريك.
r- أملا
الاستعمالات الطبية
1- تستخدم على نطاق واسع في علاج الالتهابات الجلدية

Y- تنظم وتنشط إفراز الصفراء .
الجرعة : جرامان يوميّا .
بلح الصَّحْزاء أو بلح إهِلْيلَج
Balanites aegyptica: الاسم العلمي
Zygophyllaceae الفصيلة اللرطراطية
الأجزاء الطبية : الثمار
المواد الفعالة'
1- المواد ستيرويدية ؛ مثل : الكورتيكوستيرويدات .
Y- به بوأ ماد مانعة للحمل .
0- أملاح ، وفيتامينات .
ع - بروتين معدني
الألئر الطبي
1- شاغ استخبام النبات لمرضى السكر ؛ نظرً لا لاحتوائه على مواد

> Vr بعض أعثاب مصر الطية المأخوذة من الثراث وفوائدها
> Morus alba: الاسم العلمي
> الفصيلة التوتية Moraceae الأجزاء الطبية : الثمار ، والأوراق
> المواد الفعالة
> ا - جليكوسيدات ، أهمها Guercetrin . r- تنينات. ץالأثر الطبي

1- تستعمل الأوراق لعلاج ، أو خفض سكر الوم الدم ، وعلاج النعرس ، r- r- تستعمل الأوراق أيضًا لإدرار البول ، وطرد الديدا الديان .
r- تستعمل الثمار في تخفيض حمض البوليك في الدم •
التيكو ما
الاسم العلمي : Tecoma
الفصيلة البجنونية Bignoniaceae الأجزاء الطبية : الأوراق . المواد الفعالة
قلويدات ، مثل : تيكومين ، وتريوستامين ، ومضاد حيوي ، ومادة التيكومين لها أثر فعال في خفض سكر الدم .

بعض V؛
الأثر الطبي
ا - أثرهمثل أثر الإنسولين .
r - r مستخلص الأوراق مضاد الأ حيوري

الجُعْضيض
Sonchus oleraceus: الاسم العلمي
Compositae الفصيلة المركبة
الأجزاء الطبية : النبات

المواد الفعاللة
ا- ڤڤينامينات r- ستريولات
الأثر الطبي
1- المستخلص المائي ، أو النبات الأخضر، يستخدم كمسهل ، ومدر
للبول .
r- عضأرة الأوراق تستخدم لعلاج أمراض الكبد ، وزيادة أملاج الصفبراء.
الحلَفْف بَّهَ، حَثيشة الجَمل

Cymbopogon schaenanthus spreng: الاسم إلعلمي
Gramineae الفصيلة النجيلية
الأجزاء الطبية : النبات كله.

المواد الفعالٍة
1- زيوت طيارة r- r- مواد راتينجيَّة .
الأثر الطبي|
1- المستخلبس المائي يستخدم كمضاد للمغص ، وملر للبول .
Y- ا يستخذد المستخلص المائي في معالجة آلام المعدة ، والطمبث ،

Vo بعض أعثاب مصر الطبية المأخوذة من التراث وفوائدها
r- ما زالت تجرى عليه بحوث لإئبات مدى إفادته في حالات معالجة المرعة : غير محددة علميّا .

Peganum harmala : الاسم العلمي Zygophyllaceae الفصيلة الرطيطية الأجزاء الطبية : الأوراق ، والجذور ، والبذور. المواد الفعالة
يحتوي على عديد من القلويدات ، مثل : حرملين ، وحارمين خرمالول ، والبيجانين
الاستعمالات الطبية
1- تستخدم بذوره كمخلدر ، وطارد للديدان .

r- تستخدم البذور في تقوية الجنس عند الم الرجال
المرعة : جرامان يومّيا لمدة أسبوع ويكن أن تكرر لمدة أسبوعين أو ثلاثة .
حصا البان
الاسم العلمي : Rosmarinus officinalis
Labiatae الفصيلة الشفوية الأجزاء الطبية : الأوراق ، والأزهار . المواد الفعالثة
يحتوي النبات على العديد من الزيوت الطيارة ؛ مثل : التربينات، والسينول ، والبورنيول

الأثر الطبي
1- من الأعشاب ذات العطر الجميل ولذلك يستخدم في تعطير الفم ؛

## V7 بعض أعشـاب مصر الطبية المأخرذة من التراث وفر ائدها

مثل : هضـن بعض من زهوره ، أو تناوله في صورة مستخلعم مائي
Y - المسنتخلص المائي يستخلدم في معالجة بشرة الوجه .

Y- اللْيوت الحطرية طاردة للغازات ، ومسكنة للمغصى . ع - يسنتخدم في الطب الشُعبي ؛ لتّقوية النذاكرة وتتشيطها .

- يقابل : إن الحِصا نبان له مفعول مفاو م لِإصابة بالأمر اضبن ؛ حيث إنه يقوي الجهاز المناعي ، رغم عمـم وجود دراسات في هنذا الشأن وكلها تعتمل على التراث .
 عام للناقهين ؛ كما يُعطى في حالات الاض V- يسنتخدم في عديد من الشامبوهات ؛ للعناية بالشعر والبشبُرة .

Solenostemma: الاسـم العلمي
Asclepiadaceae الفصيلة العشارية
الأجززاء الططبية : الأوراق .

المواد الفعالة

- 1

ا
الأثر الطبني

الرّاوند
الاسم العلمي : Rheum officinalis
Polygonaceae الفصينلة الحماضية
الأجزاء إلطبية : الملذور .

Yع بعض أعشاب مصر الطبية المأخوذة من التراث وفوائدها
المواد الفعالة : جليكوسيد الأليزارين •
الأنز الطبي
1- ا المستخلص المائي يستخدم لعلاج الأنيميا ، والإسهال ، وكمقو" عام .

Y- يستخدم من الخنارج لالتئام الجمروح ، وبسبب الحتوائه على مواد قاتلة للجراثيمر ومطهرة ؛ فإنه يستخدم بنجاح في التئام جروح قدم مريض . السكر
₹- شاع استخدام المستخلص المائي في علاج اضطرابات المعدة وهو محلول يسمى الراوند صودا .
0- يستخدم بنجاح مسحوق البلذور في تقوية مرضى الكبد . رِجْل الحمام أو رِعي الحمام
Verbena : الاسم العلدي
 الأجزاء الطبية : السوق ، والأوراق ، والأزهار ، والجذور . المواد الفعالة
1-
ال r- تنينات . الأثر الطبي
1- يستخدم مستخلص النبات أو مسحوقه في علاج الأنيميا، والاستسقاء .
r- r- يستخدم مسنخلص النبات أو مسحوقه في علاج الجرورح، والإكزيا . Yومحفضن للحرارة حيث إنه معرّق سِتُّ الحُسن ، بِيلادونا
Atropa belladonna : الاسم العلمي ،

# بعض أغثـاب مصر الطبية المأخوذة من الثراث ونوائدها VA 

# Solanaceae الفصيلة الباذنجانِية <br> الأجزاء الطبية : الأوراف ، والسيقان الجافة <br> . المواد الفعالة : الأتروبين ، البلادونين الألاء 

الطب الشعبي
1- يستخدم المستخلص المائي منه في علاج الربو ، والنزلات الششعبية ،
. والمعال
r- يحتوي على مادة الأتروبين التي توسع حدقة العين :
 ع- تستخدم سيدات إيطاليا عصير النبات كقطرة في العين لتصبّع عيونهن

الجرعة : ملحقة صغيرة ${ }^{\text {م جرامات + كوب ماء مغلي }}$

الاسم|العلمي : Foeniculum
الفصيلة الخيمية Umbelliferae الأجززاء الطبية : الجذور ، والأوراق ، والثمار .

المواد الفعالة
ا- زيوت طيارة مثل أنيئول . Y- مواد فينولية مثل الكنتون :
-
الأثر الطبي
ا - المنتختلص المائي يستخ المت د لعلاج التسلخات .

والسعال ، ومسكن معوي ، وعلاج التهابات الجهاز البولي، والكليلى ؛ وإلمانة ؛ كها يمنع المغص
r- يستخلدم بنجاح في علاج سوء الهضم -

V9 بعض أعشاب مصر الطبية المأخوذة من المراث وفرائدها
الثنُّحِ (عَيْثر ان)
الاسم العلمي : Artemisia herba-alba
Compositae الفصيلة المركبة
الأجزاء الطبية : أنوار الأزهار ، والأوراق
المراد الفعالة : جليكوسيدات ، مثل : سانتونين ، وئيوجون ، ومواد أخرى ؛ مثل : أرتّسين ، وأبسنيّن .

الأثر الطبي
1
Y-
r
₹- يستعمل في بعض اضطرابات الكبد .
الجرعة : ملعقة
شَوْكُ المَمْل
Carduus benedictus : الاسم العلمي
Compasitae الفصيلة المركبة الالحبر
الأجزاء الطبية : الأوراق ، والأزهار ، والسوق ، والبذور .
المواد الفعالة
1- مواد مخاطية . r- تنينات.
الأثز الطبي
ا - مستخلص النبات مصلح للمعدة ومضاد للمغص -
Y-
r- منشط للصفراء ؛ لذلك يستخدم في حالات مرضى الكـر الكبد .
ع - النيوت الطيارة تستخدم لعلاج الجروح ، وإيقاف النزيف .
A. شيكوريا
الاسم العلمي :Cichorium intybus
Compositae الفصيلة المركبة
الأجزاء الطبية :البذور ، والجُنور ، والأزهار ، والأوزات .
المواد الفنعالة
1 - مواد سلِّلوزية . Y م مواد مخاطية .
ع - أنيولين: الأثر الطبي
1- تستخلم لإصلاح المعلة ، وعلاج زيادة الحليو
والاثنىي عشر •
r - عصير الأورات مع زيوت اللوز يستخلم كملين ، وطلرد للغازات .

الاسم العلهني : Asphodelus microcarpus
Lillaceae الفصيلة الزنبقية
الأجزاء الطبية : الدرنات ، والبذور .
المواد الفعالة

microcarpine

يستعهل مسنحووت البنور في علاج القروح ، وعهل الكمادات ؛ كهما تستعمل البذور واللبرنات في عمل مسحووت مسهل .
الجُرعة : مقندار نصف ملعقَة من البذور ، أو مقدار درنة .
عود الريح ،اعقدة الريح
الاسم العلمني : Berberis vulgaris

## A) بعض أعئاب مصر الطبية المأخو ذة من التراث ونوائدها

Berberidaceae الفصيلة البربيريدية الأجزاء الطبية : قِلْف النبات وجلوره ، والسوتِ الغضة الجُافة . المراد الفعالة
يحتوي على قلويدات : هي البريرين berberine ، والبرمانين bermanine ، oxagacanthine وأوكساجانتين الطب الشعبي
لعقدة اليِح شهرة كبيرة في الطب الشعبي ؛ حيث يوصف عادة لعلاج مرض الكبلد واليرقان ، وإيقاف الإسهال والقيء الطب الحلديث
1 - يوجد مركب هيلروكلوريد البارباريس وهو مأخوذ من هذا النبات ؛
ويستخدم في علاج السيلان .

وتستخدم كمقوٌ عام ، ومسهل ، كما استخلدم حديشًا كعلاج للملاريا ، . والتيفويد
الجرعة : مقدار جرام واحد من السوت الغضَّة يوميّا أو القِلف ، أو جرامين

عروق الصبَّاغين
الاسم العلمي : Chelidonium majus
Papaveraceae الفصيلة الخـشخاشية الأجزاء الطبية : الأوراق ، والسوق ، والأزهار .
المواد الفعالة : عدد كبير من القلويات ، وهي الهربيرين ، والبربرين؛ . والشيليدونين
الطب الشعبي
1- يستخدم في علاج اليرقان ، وانسداد الكبد .

## AY بعض أعثـاب مصر الطبية المأخو ذة من التراث وفوائدها

Y- إذا 'شُرب مع العسل فإنه ينغع في أو جاع الظهر ، وعرفَ النبّا، ،
والمفاصل
r- يعالنج البهاق إذا تَ نقعه في ا-لنل ، ودهنت به الأجزاء المصابة .
الطب الحديث
1- يستخلخم في علاج اليرقان .
Y Y يفيلن مرضى السعال الديكي ، والنز لالـت الشعبية
r- يخغضن سكز اللدم .
الجرعة : مقدار r جرامانت من الأوراق ، أو السوت
عِرقّ السُوّس
Glycyпhiza glabra: الاسم العلمي

## Leguminosae : الفصيلة

الأجزاء الطبية : الجِذور ، والسيقان الأرضية .
المواد الفعالة
1- يحتوي على زيوت طبارة .
Y - مادة حلوة الطهم من الجلنيكوسيلات تعرف باسم الملِيسرهزين ، وهو أحلىى من السكر بنحو يزيل • م مرة .
r- به مادة الأسباراجين ، والبلوكوز ، و والسِكروز .
ع - حامضض عرق السوس الني يشبه هرمون البروستيرون . الأثنر الطبي
1 - كل خخبراء الأعشاب يستخدمون عرت السوس كهلطف للسنعال . r- يسنخخلم عرق اللسوس في تخفيف وعلاج قرحة ألملفَ ؛ وذلك باستنعمال الجلذور مدة طويلة ؛ وزلك لاحتوائها علني حامِض غرق السوس الذي يشبه البروستيرون ، وهو يؤدي إلى ارتناع صتغط الدم، واحُتفاظظ الجسم بالماء ؛ وشخاصة القذمين .

AY بعض أعشاب مصر الطبية المأخوذة من التراث رنوائدها
r- يستخدم العرت سوس كـضاد للالتهاب ؛ مثل : مركبات الكورتيزون . ₹- وجد حديثاً أن عرق السوس يؤدي ، أو يشجع الكبد على إنتاج مادة الإنترفيرون ؛ وهو المركب المستخلم في علاج الثّيروسات .

-     - يستخلد عرو السوس في علاج الكبد ، سواء الملتهب ، أو الملتيف ؛

هذا فضلا على أنه يفيد في حالل زيادة المناعة الذاتية autoimmune .

الاسم العلمي : Rubia tinctorum
الفصيلة البنية : Rubiaceae الأجزاء الطبية : الريزومات ، والجلذور ، والأوراق المواد الفعالة : جليكوسيدات قابلة للذوبان في الماء، مثل : الرواندين ، - والأمودين ، والصبرين

الأثر الطبي
1- المستخلص المائي يستخدم في حالات عسر الهضم ؛ لأنه يساعد على إدرار الصفراء ، ويزيد من إفراز العصارة المعدية .
 والاستسقاء ، واليرقان ، والطحال ، والكلى ، ويقطع الحميات ، والسعال المزمن ، والربو كُزبرة البئر
الاسم العلمي :Adiantum capillus - veneris
Adiantaceae النصيلة الار
المواد الفعاءلة الطبية : الأوراق ، والسوق .

1- ت تنينات ، ومواد مخاطية .
r- بیتيدات الزنك .

## N\& بعض أعشاب مصر الطبية الأنخوذة من التراث وفوائدها

الأثر الطبي : تستخدم في الطب الشعبي في الأغراض الآتية :
1- أعشاب مهجدئة ومنفسة ، في الأمراض الصدرية ، والقصبة الهوائية.
r- قال عنها ابن البيطاز : إنها تنبت الشعر في داء الثعلبة ، وتزيل الربو ، وتفتت الخضا
r- تستخدم خلاضهة هذا النبات في تقوية الشُر . المجرعة : ملعقة صغيرة (0 جرامات) + كوب ماء مغلي

الاسم العلمي : Apium graveolens الفصيلة الخيمية Umbelliferae الأجزاء الطبية : النّوق ، والأوراق ، والبذور .

المواد الفعالة
ا- مواد تربينية ، وهلامية ، ونشوية . Y - زيوت طيارة .

الأثر الطبي
1- يستعمل :في الطب الشعبي في إدرار البول ، والطمث ، وظرد الغازات ،|ويحضنَّ منه شراب يعطى في المحميات .
 ץ- تستخدم بذوره في علاج التهاب البروستاتا ، والضعف المنتبي ، والضنف العصبي

الاسم العلمي: Anastatica hierochuntica Crucifera الفصيلة الصليبية الما الأجزاء الطبية : الأوراق ، والسوق ، والأزهار . المواد الفعالة : جليكوسيدات مختلغة ، وهرمون جنسي .

Ao بعض أعشاب مصر الطبية المأنوذة من التراث ونرائدها
خصائص النبات
فى الأجواء التي تقل فيها الرطوبة ، ويعم المجفاف ، تنحني الأفرع إلى الداخل ، ويتكور النبات ، ويصبح له شكل اللكرة ، وتحمله الرياح إلى الـى مسافات بعيدة . وعندما يصل إلى منطقة رطبة فإنه يتص الماء ، وتخرج البذور ، ونذلك فقد سُمٌي بكف مريم الأثر الطبي
ا- في الطب الشعبي يعرف أن لثمار هذا النبات مفعولا مثبطا للجنس . Y- يستخدم في إدار الدورة الشُهرية ، ويستخدم بنجاح لعلاج زيادة كهربية المخ ، وكذلك الصداع ، ونزلات البرد الشديد .

الكَرْكَدِيه
الاسم العلمي :Hibiscus Sabdariffa الاسي Malvaceae : الفصيلة المبازية الأجزاء الطبية : الكاس ، والبتلات ، والأوراق ، والبذور • المواد الفعالة

> 1- أحماض عضوية . r- جليكوسيدات . r- مواد ملونة .
-
Y- فيتامينات، أهمها ه سي " . . V- تحتوي البذور على زيوت دهنية
الأثر الطبي
ا- يستخدم المستخلص المائي للكأس ، والبتلات ؛ كمشروب لذئ يحتوي على كمية كبيرة من ڤيتامين C ، ومطهر للأمعاء ، ومخفض لضنظط الدم ، ومدر للبول ك r- تستخدم البذور كمنبه للجنس الكُرْكُمْ (عروق الصباغين)
Curcuma longa : الاسم العلمي

## AT بعض أعشابل مصر الطبية المأخوذة من التراث ونوائلها

الفصيلة Zingiberaceae
الأجزاء الطبية ؛ الريزومات .

المواد الفعالة : زيوت طيارة ، ومواد ملونة تعرف بألكركمين . الأثر الطبي

$$
\begin{aligned}
& \text { | - يستخلخ: في الطعام لإعطائه نكهة . } \\
& \text { K- يستخلدم في علاج اليرقان ، واحتقان الكبل . } \\
& \text { الجر عة : غير محلددة علميّا . }
\end{aligned}
$$

النِّلاب
Dolichos lablab: الاسم العلمْي
Leguminosae : الفصيلة البُقولية
الأجزاء الطبية: البذور ، والأوراق .
المواد الفعالة
1- يحتوي على جليكوسيلات ؛ مثل : دوليكوسين ، وجلوبيولين، وسيانوزجينتك .
Y الأثنز الطبي
1- المستخلك المائي منشُط للناحية الجنسية .
Y ا المستخخلص المائي يستخدم لعلاي الأمراضن الصدرية .
لِسان الحَمَكَ
Plantago : الاسم العلمُمي
Plantaginaceae الفصيلة الحملية
الأجزاء الطبية: الأوراقَ ، والبذور .
المواد الفعالة
1- أحماضب عضيوية ، وزيوت .

بعض أعثـاب مصر الطبية المأخوذة من التراث وفوائدها
r ب ح المص الستريك ، وأملاح معدنية ؛ أهمهها : أملاح البوتاسيوم . الأنثر الطبي
1- للأوراق والبذور آثار مطهرة ؛ لذلك يستخلـو في علاج البروستاتا . - Y ا المستخلص المائي كلأوراقَ يستخدم لعالاج الر r- تستخذم البذُور كمدر للبول ، وطارد لللديدان . الونكا
Catharanthus roseus: الاسم العلمي الفصيلة الدفلية Apocynaceae وهو نبات من نباتات الزينة الأجزاء الطبية : السوق ، والأوراق ، والزهور .

المواد الفعالة
عدد كبير من القلويات تختلف باختلاف صنف النبات ، ومنها : vinrosidine, vinblastine, vincristine

$$
\text { الطب الشعبيا } 1
$$

لا كان هذا النبات يحتوي على قلويدات لها تأثير ضد الأمراض السرطانية ، وخاصة سرطان الدم الليمفاوي ، وغير الليمفاوي - فقد وجل العالمان : نوبل ، ويِير ؛ أن خلاصة النبات - أي المستخلص المائي بدون فصل - يقلل
 - tine ولصاحب هذه اللسطور تجربة علمية مع النبات مخلوطًا مع نباتات أخرى في علاج سرطان الكبد ، وما زالت البحوث المعهلية جارية في هذا الاتجاه ، وسنكشف عنها في حينها .

## الفضصل الدرابـع <br> الـحسـل وفوائـلـه الطبـيـة

## مقدمة

أجوده الربيني والصيفي ، وهو يقطع البلغم ، وأنواع الرطوبات، ويزيل
 واللمعة ، والجكة ، والجُرب ، ويرد العين (وكلها من أمراض العيون العن) بماء البصل الأبيض ، وهو بالنشادر يجلو نحو البرص ، والبهق ، وبدهن ، وبر المبن

 وقطع العطش ، وإن دهنت به النفساء أزال ضرر النفاس .
هذا ما قاله داود في تذكرته عن عسل النحل . ولعل الذي يطالع مقالتنا



أجريت عليه لكشف تركيبه وفوائده - فإنه لم يبح بكل شيء بعد .

 كل الثمرات فانسلكي سبل ربك ذللا، يخرج من بطونها شراب مختلفب ألوانه

## العسل وفوائده الطبية 99

فيه شفاء للناس . . . ه \$ |". فيأمرنا بالتداوي بالقرآن والعسل حيث يقول: \# تداووا بالقرآن والعسل
 عسل ، أو شرطة مححجم ، أو كية نار ، وما أحب أن أكتوي . " وعما جاء في
 بطن أخيه ، فقال له الرسول الذهب واسعه عسلا . " ففعل الأغرابي ، لكنه جاء ثانية قائلاً : لقد سقيته عسلأ ولم يزده إلا استطلاقَّا . فقال له الرسول : \#الذهب واسقه عسلا . \# وكرر ذللك للمرة الثانية حتى قال له في الثالثة : " صدت الله وكذبت بطن أخيلك اذهب واسقه عسلا . "، فشرب منه فبَرئ أي شفي • ولحلنا نضيف أن السبب في التكرار فيه معنى طبي بديع، وهو أن اللدواء يجب أن يكون له مقدار وكمية حسب حال اللاء ، إن قصر عنه لم يزله بالكلية ، وإن جاوزه أوهن القوى فأحلث خررما . فلها أمره الرسول أن يسقيه العسل سقاه مقدارنا لا يفي بمقاومة اللداء ولا يبلغ الدرض ، فلما تكررت الشربات بحسب مادة اللداء برئ بإذن الله

أما ابن البيطار فيقول عن عسل النحل : لا إذا طبخ عسل النححل مع الشبت الرطب الحديث وطليت به القوابي (داء الثملبة) شفاها، وإذا خلط بالملح وقطر في الأذن سكن ما فيها من ألم . ويصلع مضمهنة وغرغرة لأورام والتهابات الحللت واللثة واللوزتين . وهو ملر للبول ، وإذا شرب ساخنًا مع دهن الورد نفع في السعال ؛ والذي يشرب بغير أن تنزع منه رغوته ينفع في تحريك السعال ؛ أي أنه منفث ، والمقصود بهذا أنه يحرك السعال ويطرد البلغم . وإذا عجن بالدقيق و وضع على الأورام المتقيحة فتحها وامتص ما فيها من قيح . هذا ، ولعلنا لاحظنا الفوائل العديدة التي ذكرها قدامى الأطباء عن عسل النححل . . بل ماذا نقول عن عسل النحل وهو الذي قال فيه الـكيم الخبير في
Q.




مأذا يقول الُطب عن عسل النحل ؟
 وكأنها كانت نصيحة لكثير من العلماء والأطباء. و وكان البحبُ عن تركيب عسل النحل فو شاغل العلماء في البداية؛ فالنحلة التي تصنع العنسل من




 القصصب (سكروز) إلى سكر فواكه (ليفيولوز) و (دكستزوز)، إوحقنته
 والنحلة تعطي يوميّا حوالى عشرة جرامات من العسل ، يقتضيها ذلكِ إفرأِ
 عن تركيب عنسل النحل
يحتوي عسّسل النحل على خُمْس وزنه تقريبًا ماء كما يحتوي على الـو البروتين





## Q) العسل وفو ائده الطبية

العسل له حلاوة تبلغ ضعفي حلاوة السُُعر العادي ، إلا أنه يعتبر أقل ضهررا للمصابين بالسكر من السكر العادي ، وذلك لأن العسل يتحول في جسم
 داخل جسم الإنسان ، وهو بذلك يعتبر ملينًا خفيفًا ومهدئًا جيدًا للأعصهاب . ومن المعروف أن الإنسان يككن أن يصاب باضطرابات خطيرة في وظائف
 الزلالية ، أو عمليات أكسدة السكر الموجودة في الدم والعضلات ؛ نتيجة


 في عضده وتقتل حيويته وتصيبه بالفتور والملل ، ولنلك ونـلك يشعر الإنسان بعد
 عند ولادته على كمية من الحديد تكفيه ثلاثة أشهر فقط ، ولما كان لبن الأم







 نصف ملحقة صغيرة في حالات الإمساك ، وبعكس ذلك يلك يُخفَض ذللك بمقدار ملعقة صغيرة في حالات الإسهال. والرُّضَّع الذين يتغذون بالعسل لا يصابون

## rr العسل وفوائده الطبية

بالمنص المعوي إلا نادرًا ، لأن السرعة التي يتص بها العسل لا تتركّك مجالاً كلاختمار في المُعدة .

وقد أجريتت عدة بجارب على الككلاب الصغيرة لمدة سبعة أشهز بإضافة


لاحتواء عسل النحل على كمية كبيرة من ڤيتامين (ب) المركب .



 المعادن ، بالنسب التي يحتاج إليها الجسسم تقريبًا . والمعادن الأكثر ألمهمية ،




 النحاس فمهمتنه في المجسم هي مساندة الحلديد في أعماله ، أو بتعبير آخخر يعتبر
 النهو والتكاثر ؛ وإفرازات الكبد ، ويساعد على تكوين الهيموجنلوبين ، فهو متمم للنحاس في عمله ، وينشط فعل بعض الخمائر ذات الأهمنية في التمثيل - الغذائي

وقد نبت بالتجارب أن العسل بعكس اللبن لا يِكن أن تعيشّ فيه أية


## العسل وفوائده الطية 4r

غير مناسبة لمياة الكائنات ، وذلك لأن العسل مصدر غنيٌ لعنصر "K" وهو السبب في استعمال العسل لعلاج الجروح المتقيحة والملونة ، وكما سيأتي بيان





 وكذلك بعض الأنواع الأخرى كجرائيم التهاب البيريتون والبلورا والخراجات اتيات ،

 في كندا .

ويعنر سكر العنب من أهم مكونات عسل النحل ، ويستعمل في الطب الحديث بكثرة لعلاج أمراض الدورة الدمان الدية ، وزيادة التوتر ، والنزيف ،

 والحصبة ، والتسمم، بالإضافة إلى أن البلوكوز يستخدم كعلاج جلا
 منه لعمليات بناء الأنسجة والتمثيل الغذائي ، وكان العان العالم (لوتنجر) في الولايات المتحدة الأمريكية ، ويعد إجراء الكثير من الأبحاث ، قد ألوأ أوصى
 والتي يكون فيها امتصاص وتثيل المواد النئوية والسكريات الثنائئة صعبّا، وعندما تكون الحاجة شديدة إلى امتصاص وتيّيل سريع ومباشُر للسكر في

## §

الجسسم م وقد الستُعْمِل بنجاح في علاج بعض جالات الإسهال الصُيفي: وكانت بعض المُؤسسات الألمانية الحناصة بالتجميل تنبهت إلى ما لُنسل النحل من بعض الخطصائص التي لا توجد في غيره؛ فأدخلته في تزكيب بعضن
 على الجلد والشُعر.

 الأطلية ، ومفرِح من المفرحات . فما خلق لنا شيء في معناه أفضضل مُنه ولا

 فجمع بين الطب البشري والالهني ، وبين طب الأبدان وطب الأوراح ، وبين
عسبل الندحل واستخاء الأرضيا والدواء السماواته .
1- التبول في إلفراش

من الطبيعي أن تبلغ العضلات العاصرة التي تمنع التبول اللاإرإي في الطفل كامل تظّورها عندما يبلغ عمر الطنل ثلات سنوات على الأكئر ، إلا أنه قد يحدث أنْ يستمر الطفل في التبول في فراشه، ، وهذه تبدو مُعْضِلة أمام الأهل ، إذ يظنون أن لها انعكاسات عامة تشهل ضحة الطفل كلها ـ ؤالـميتّة أن النظفل - في الحالات الطبيعية - يبدأ في السيطرة على تبوله بعذ انتهاء السنة الثانية من عمره ببضعة أشهر ؛ فهو يحتفظ ببوله طوال اللينل . 'ؤلطفل اللذي يداوم علىُ أن يبلل فزاششه بعد هذا العمر هو طفل عصبي المزاج؛، كثيرا ما يقرض أظافره أو يُص إبهامه ، وهو سريع الغضب . و وفي العادة يتأثر الطفل بالبيئة النغسية التي يعيش فيها ، وعلاقة أمه وأبيه، ،ومبى أُستقرار

## 90 العسل ونوائده الطبية

الحياة الزوجية بينهما . كما تكثر عادة التبول في الفراش في الأطفال كبار
 ولمعالجة التبول في الفراش باستخان المام عسل النحل يعطى الطفل ملعقة صغيرة
 العصبي عند الطفل ، كما أن سكر الفواكه في العسل لها له ما لكا لكل سكر من من



 المعتاد ، ولتكن نصف ملعقة ، إلى أن تتم السيطرة على المثانة Y- الز كام ، والجيوب الأنفية ، والتهاب الملحق الم

 مكون من • 1٪ من العسل في الماء الدافئ ، وبواسطة رشاش خلم خاص يستنشق


 حالات الزكام السديد ، على أن يستمر هذا الرش على الألى الـقل عشر مرات .
 للمحافظة على صحة وسلامة الجدار الداخلي للجهاز التنفسي ، كما اتضح أن في الشمع مادة تكافح فرط الحساسية . ويفيد هذا العلاج في حالاتلات الرشح والالتهابات الحادة في الأنف والجيوب الأنفية ، وفي حالات الرشح النابَّ عن فرط الحساسية. وينصح العلماء باستعمال العسل مع اللبن الدافئ

## 9Y العسل وافوائلده الطبية

في علاج الزكام ، وأوصى الدكتور (هـ ـ هيرتويج) باستعمال العسل الممزوج
 الزكام. أما الدكتور (أورتل) فيوصي باستعمال الديا العسل الممزونج بعصير


 ب- ترس حة المعدة والاثنى عثر






 في حالة الإصابة بقرح المعذة والاثنى عشر يجب أن
 الإفطار أو الجذاء بساعة ونصف ، وبعد العشاء بساعتين أو ثألاث ، وأحسن النتائج تحدث بعد تناول العسل في كوب ماء دافئ § - للكبد والُقلب والأعصاب والعيون
 العادية المستخلدمة في العلاج ، وهذا قد ظهر جليّا في الأبحاث التي أجرا الجراهـا
 الانتظام على تناول وجبات العسل يوميّا قد يشفي المرضى المصابين بالتهابِ

## العسل ونوائده الطبية QV

الكبد المزمن أو التهاب الحويصلة المرارية . وقد ثبت أيضًا أن للعسل تأثيراً

 عمل منه مرهم بإضافة البطيئة الالتئام وكانت النتائج مذهلة . وفي حالات كثيرة عولمت التهابات القرنية وتقرحها بالعسل غير الخلوط بشيء و وكانت النتائج متازة . أما في مجال الأعصاب فقد اتضح أن عسل النحل المذاب في الماء الدافئ

 المرضى وزادت بهجتهـم . ويعتبر العسل أفضل منوم على الألى الإطلاق ، فيأخذ العسل كلُّ من لا يستطيع النوم عند بداية الليل ، أو يستيقظ من نومه أثناء الليل ولا يستطيع بعد ذلك العودة إليه ، ولهذا يككن أخذ ملعقة صغيرة من العسل مع طعام العشاء .
ه- التسمم الكحولي والسعال
 بمستشفى (أنكون) للأمراض العصبية والنفسية بإنجلترا . والتسمم الكحولي فيلي ينتج بسبب الإفراط في تناول الخمور ، حيث يتأثر الكبد فيصاب على المدى الطويل بالتليف الذي يُودِي في النهاية بحياة المريض .


 المركب والموجودة بالعسل في أكسدة بقايا الكحول المور الموجودة في المسبم . ألما السعال (الكحة) فإن لعسل النحل وصفات مجربة وأكيدة لعلاجه ، حيث

## A ه العسل وفوائده الطبية.

يزّج فنجانٍ عسل ويقلَّب بشدة لمدة ربع الساعة مع ملحقّة صغيرة من

ب- بعرده قبل الإفظّار (على الريق) .


 استخدمو| مـخلوطًا آخر ليؤدي نفس النرض ، وهو وهو يتكون من عسنل النحل وصفار البيض وزيت اللوز . ومن الوصفات التي يستخدم فيها العسنل لعلاج
تشقق الشفاه وا الجلد ما يلي :

- •r جـ جرامامًا عصسلاً

وتخلط هذه الكميات ويستخدم كدهان أكيد لمعالجمة هذا التشمقّق، كما يعتبر مخلوط العسل والجلسرين وعصير الليمون من أحسن المواد الملمتعملة


ويتكون هذا القناع من الخليط التالي :

ويقلب |بليط حتى يتجانس تمامًا ثم ينظف الوجه بقطعة من القُطن مبللة

## العسل وفوائده الطيية 99

بزيت الزيتون ، وينشر المنيج السابق كطبقة رقيقة فوق الوجه ويتركك لمدة

 حُضِّرتْ عدة تراكيب لهذا الغرض ، ومن هذه التراكيب ما يلي :

$$
0 \text { انتطة من زيت البرجموت }
$$

^ نقط من زيت البرتقال
^ نقط من صبغة العنبر
-10 جرامامًا كحولا نقيّا

هذا وتزج هذه الكميات وتستخدم بنفس الطريقة السابق ذكرها .
v - الججروح

يستعمل الأطباء الروس مزيجاّ من العسل وزيت كبد الحوت الموت في علاج






 المرهم الآتي بنجاح في شفاء الجروح المستعصية ، التي فشل علاجها ونائلموسائلل المضادات الحيوية . ويتكون هذا المرهم من :

$$
\begin{aligned}
& \text { • } 0 \text { جر اما عا عسل نحل } \\
& \text { جرامًا ماء" مقطرْا } \\
& \text { • • جرامًا بوراكس }
\end{aligned}
$$

. . . . العسل وفوائده الطبية


وطريقة عمل المرهم تكون بسحق النيروفورم مع التسل 'في هـاون، ، ثمر
 نافع أيضنا فيز تخفيف الآلام والإسراع في التئام الأنسجة في جميع أنواع

- الجرورح


## الغذاء الملكي

منذ اكتششاف الغذاء الملكي ، والني يعرف باسم لبن النحل ، وما له من من
 ويجب أن يخفظ في درجة حرارة معينة وفي أوعية خاصة . وهو في وضعه
 يرجع لارتفاغ الحموضة به ، وله رائحة ذكية ميزة .
ويعتبر اللفذاء الملكي من أكثر المواد الطبيعية احتواء علمنى ڤيتامين (ب) المركب ، إضافة إلى البروتينات والدهون والكربوهيدرات والثميتامينات ، ويحتوي على هرمونات جنسية ومواد أخرى غير معروفة تبلغ نسبتها حوالى الى و وفوائد
استخدامات الغذاء الملكي
1- بعض الأفمراض الجللدية

وُجِد أن لُلغذاء الملكي تأثيراَ ساحرا في علاج بعض الأمراض ألجلدية ،

## العسل ونو ائده الطية 1 . 1

مثل حب الشباب والدمامل التي تظهر بالوجه ، وكذلك يدخل هذا الغذاء في عمل الكرميات التي تستخدم في بعض الأحيان كقناع (ماسك) لشد الجلد وتغذيته ونعومته ولمعانه ، كما أنه يمحو التجاعيد الديقيقة وينبه الدورة الدموية

السطحية
r- ضغط الدم
قد أكدت الأبحاث أن الغذاء الملكي قادر على تنظيم ضنطط الدم لدى
 بكثرة تناولهم للغذاء الملكي • وهو فاتح للشهية ويعمل على تنظيم نسبة
 عن ترسب الكولستيرول على جدران الشرايين والأوعية الدموية
r- الـضعف العام ، والـضعف الجنسي
أجريت تجارب على أطفال صنار تتراوح أعمارهم بين ع-YY شهركا بستشفى جامعة فلورنسا ، وكان الأطفال المرضى ضعاف الما البنية بسبب سوء

 كما أو ضحت التجارب التي أجراها دكتور (دسترم) في جامعة بوردو بفرنسا على مرضى يعانون فقدان الحيوية والاضطرابات العصبية والشعور السيع
 في السيدات اللاتي بلغن سن اليأس مبكراً . وكان كل الرجال والنساء يزيدون في أعمارهم على سن الأربعين ، وقد أكدت هذه التجارب أن
 الضrف ناجما عن السن أو كمسببات أخرى . وكانت الجرعة التي تعطى لهؤلاء المرضى عبارة عن * 7 ملليجراماً من مستخلص جاف للغذاء الملكي

## Y •

تعطى على دفُعتين كل منها •r ملليجرامًا . أما هؤلاء الذين كانوا بِعانون
 أوزانهم وتحسننت صحتهم بصورة عامة ، كما أدى العلاج نفسه إلى إعادة الدورة الشهربة لنسيذات اللاتي بلغن سن اليأس مبكرًا .


 ونحن نطالح قوله (سبحانه وتعالى) : وا يخرج من بطونها شرابِ مختلف ألوانه فيه شفناء للناس . . . . ه [النحل : 79 ج ] . وفيما يلي أنواع أعسال أخرى وفو ائدها :

- عسل جحبة البر كة : لزيادة المناعة وعلاج السعال ونيا ونيق التنفسن : - عسل البردقرش : لعلاج الخللل في الاتزان الها الهرموني . - عسل الموز : للقضاء على الأنيميا .

 - عسل السمر : لعلاج الأورام والوقاية الواية منها .



## الفصل الذخـامس

## العـلاج بـالغـناء بـرثـامـج للـوصول إلى المـحـة الـعـامـة

أولا - الصورة الكاملة

 الصحة - لابدَّأن يشمل هذه ها لمكونات ا لان

ومن المعروف أن الأدوية الكيميائية تهتم بصحة الأجسام ، لكنها لا تهتم بالعقول والأرواح ، كما أن الولايات المتحدة الأمريكية في أحدث ترين تقرير لها
 لذلك تحولت الأمراض إلى أمراض مزمنة، وظهر الاتجاه القوي نحو البودة إلى الطبيعة
وهدفنا في هذا أن نُطلع القارئ على الوسائل الطبية الطبيعية، القادرة
 دقيقة على معالجتها . فالنباتات والأعشاب الطبيعية هي ألماضي أساس الكيمياء ،

القادرة وحدها على تعويض النواقص الفسيولوجية ، فلماذا نتجاهلها ؟
التوازن الغذائي
إنه من المستحيل اتِّاع علاج طبي مهما يكن نوعه دون أن نتبع نظامًا غذائيّا

؛ ؛ ـ، العلا بج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة
مناسبًا : كما قال أبوقراط : (1 هناك الكثير من الأمراض التي لا تعالج إلا بواسطة التْذذية الصحيحة " ، وليس قصدنا جعل الناس يتبعون نظام رجيم

المبز الأسمر ، والمصنوع من الحميرة الطبيعية هو أفضل من الأصناف

الملح
إن الدم يحتوي على سبعة جرامات من الملح في كل لتر منه تقريبًا .


 منها وظائف متكاملة قد تختل باختلال نسبتها في الجِسم . السكر ومئتقاته

 وغيرها ؛ ووكذلك بجده في الخضر اوات والفاكهة ـ ولذلك ننصح بالتقليل من
 السكر الذي يحتانجه الجِسم عن طريق المواد الغذائية التي تحويه ، ونتّناولها كل

يعتبر الـليب - منذ أجيال - العنصر الغذائي الكامل ؛ لاجتوائيه علم جميع المواد الغذائية التي يحتاجها الجسسم ، ويتصها فور حصولي اللبن ، وذلك لأن عملية هضمها لا تستغرق وقتا يذكر ؛ أما في عصرنا

العلاج بالغذاء : برنامج للوحول إلى الصحة العامة ه . 1
الحاضر فقد أصبح اللبن العنصر الأكثر تلوئًا.
المشروبات
الماء هو المُشروب الأساسي ، وعنصر حيوي وضروري ، يجعل الجسم
 والعرق ، ويقول المولى (سبحانه وتعالىى) : إلى وجعلنا من الماء كل شلم شيء
 جنات وحب الحصيد . الم) وعلينا أن نعلم أي ماء نشرب ؟ و وهنا يجلدر بنا الإششارة إلى أن المياه المعدنية لها تأثير طبي يشبه تأثير الأدوية ، للنلك من الضروري عدم استعمال المياه ذاتها لعدة أشهر . الدهون
اللدهنيات متوافرة بشكل حيواني ، أو نباتي ، وحاجة الجسم لها حيوية لأنها ليست عنصر؟ غذائيّا فحسب ؛ بل عنصر للحماية أيضاً ؛ حيث إنها تدخل في تركيب غشاء الخلية . وعلى البلانب الآخر فالدهن الحيواني يحتوي على أربعة جرامات من الكولستيرول في الكيلوجرام الواحد منها ، والكميات الكبيرة من هذا الدهن تعرض البِسـم لبعض الاضطرابات في القلب والشرايين ؛ بسبب الكولستيرول الذي يترسب في الشريان التاجي للقلب إذا زاد تركيزه في الدم . أما الدهن النباتي - أي الزيوت النباتية - فهي
 بواسطة الضنطط (زيت الزيتون - زيت عبّاد الشمس - زيت النرة - زيت البجوز . . إلخ) لا المستخلصة البطرق كيميائية .

سؤال يطرح نفسه هنا هو : هل نطبخ اللحوم جيدا أم نتناولها قبل أن تنضتج كليَّة ؟ كل هن هاتين النظريتين له حجـج يدافع بها عن نفسه ، فعملية

7 1. العلاج جالغذاء : برنامج للوصول إلى الصسحة العامة
الطبخ تزيل الميكروبات ، ولكنها تزيد من نسبة الحلايا الميتة في إللحووم ، ونجد أن الجسم يتخلص من الميكروبات بسهولة أكثر ما يتخلص من الملايا الميتة .
الأسماك

الأسماك|وثمار البحر غنية باليود والصوديوم والكالسيوم والفوسفور والثيتامينات:، لكن للأسف تلوث الميطات والبحار جعل استهالاك ثمار البحر ، وخصوصًا الصدف ، يشكل خطرّا على الصحة، ، ومن هنا نصن نصح باستهلاك سمنك البحر غير الدسم إن كان طازجّا أو مجمدا الما

الجبن
نشير إلى أن الجبن جميعها وعلى اختلاف أنواعها لا تؤذي الجسمن السليم ، ويغضل استهلالك الجبن غير المغلفة بالنايلون والغتومة مسبقا

إن الحبوبب بشكلها الطبيعي كالشوفان والنرة والشعير والأرز وغيرها ،
 بالسعرات الحرارية ، ولكننا ننصح باستهلاك الحبوب بشكلها الطبيعي .

> الحـضر

إن الخضس التي بم تعالج بكثير من المستحضرات الكيماونية، ننصح باستهلاكها طازجة ، في حين أن قلليلاً منها يفضل تناوله بعد الطهي كالـضير ذات البذور مثّلا .

الفاكهة
الفاكهة غنية بالڤيتامينات والسكريات ومواد أخرى ضرورية للجسبم، وحتى يتسنَّى للجسم امتصاص ما بها من غذاء - نتصح بتناولها قبل الإفطار
وقبل الوجبات أو بعيدًا عن الوجبات .

## العلا ج بالغذاء : برنامج للوصرل إلى الصحة العامة V

## العلاج بالغذاء

إن عملية انتقالل الأغذية ما بين البرودة والحرارة يؤئر عليها سلبيّا، حيث
يساعد على نو البكتيريا والميكروبات ، ومن هنا يأتي سوء التخزين وتلف الأغذية . وحتى يتسنى لنا أن نحافظ على صحتنا بأبسط السبل ، فهناك قواعد عامة يجب أن نتبعها :

1- يجب أن نتناول الطعام في ساعات محددة من النهار .
r- r- عدم تجاوز وجبة طعام ؛ أي عدم تناول الفطور مثـلا .
r- عدم الأكل بين الوجبات باستثناء بعض الفاكهة .
§- وجوب مضغ الطعام جيدًا .

ه- عدم الإكثار من شرب الماء خلال تناول وجبات الطعام أو الإقلال منه . 7- الاهتمام بتناول وجبة غذائية متكاملة اللصابون بأمراض الكبد

إن الأجسام المصابة بأمراض في الكبد عليها أن تتجنب المواد الدهنية المطبوخة وجميغ أصناف المقليات ، في حين أنه باستطاعتهم تناول الزبدة النيئة وزيت الزيتون بكميات ضئيلة . ويجب أن يتناولوا الحلويات بحذر ، ويمتعوا عن أكل الشيكولاتة والكريمات التي تحتوي على الزبدة والغنية بالبيض .

أما عن تناولهم للأسماك ، فعليهم الامتناع عن تناول الدسمة منها ، وخصوصًا السلمون واللسردين . أما عن تناولهم للخضراواوات فجميعها عدا السبانخ والبقلة والحامضية ـ وكذلك باستط باستطاعتهم تناول الحبوب والفاكهة عدا الموز والمشمش . ويدجب أكل البطاطا مشوية أو مسلوقة فقط . أما المشروبات من ماء وعصير وما شابه فجميعها تفيد الكبد ، وينصح بها في جميع الحالات
 عدا في حالتها إلحفوظة بمواد حافظة . المصابرن بمرض في الأمعاء
عليهم اتباع نظام الغذاء الني يتبعه المصابون بأمراض الكبد ، .ولكن يضاف إلى هنا النظام بععض التعديلات المرتبطة بنوع الاضطرابات المعوية. فالمصاب بمنصن في الأمعاء عليه تناول الفاكهة النيئة بعد وجبات الطعام،
 عليه ألا يجمع|النشويات والبروتينات في و جية واحدة . المصابون بالتهاب المفاصن ( الروماتيزم "
على المصانِين بالتهاب المفاصل التقيد بنظام غذائي قاس ، فقليهجم تناونل بعض الخضراونات النيئة كالثوم ، والكرنب والسبانخ والبقدوتس والبيهل ‘ وعليهم تجنب الطماطم ، ويسهح لهم بتناول جميع الخضر هاعدا اللفنت واللنوبيا والحمصى والفقول والعدس

وعن الفاكهة فليس ثمَّة مشكلة في تناولها إلا إذا كانت غير ناضنجة بما يكفي ، وإذا كانت تحتوي على أحماض كالمشمش مثلا . هذا ومن المفيد جلّا للمعابين بالتهاب المفاصل تناول بعص أنواع الفاكهة في موسنمها ، وأهمها التفاح والكرز زوالتين .

أما عن تناو!ل اللححوم فنتصح بتناول كمية متواضعة منها مرتين في الأسبوع ، ويمكن التعويصن عن النقص في اللنحوم بتناول الأسنالك والأصدافض: وكذلن
 المستخرج من الزبيب ، أما الزبدة النيئة فهي ضرورية وإلزامية

أما عن المشُروبات فهن المستحسن شرب كميات كبيرة من الملاء بين وجبات الطعام ، بشرطط أن تكون هذه المياه صافية ولا تحتوي على نسبة كبيرة من

## العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة 9 - 1

المعادن ، هذا كما نصحع بشرب الشاي الخفيف وععير الفاكهة الطازجة وخصوصًا عصيري التفاح والمشُش .

## العلا ج بالنبات

تأثير النباتات
إن الحناصر التي تتألف منها النباتات مركبة ومعقدة وليست بسيطة كما يتتقد البعض ، فالنباتات غنية بالثيتامينات التي يستطيع الجسم امتصاصها بسهولة ؛ عوضأَا عن الفيتامينات المركبة والمصنعة ، ويأتي تأثير النباتات وفاعليتها كتتجة لاحتوائها على نسبة عالية من المواد الضرورية لنمو المين الإنسان ؛


والصوديوم ، واليود ، والحديد ، والزنك . . إلخ .
 الضرورية ، مئل التهاب المفاصل ، وبعض أنواع الحساسية تعزى إلى نتص النحاس والمنجنيز. ويتحقق تأثير النباتات وفاعليتها بفضل مادة الصبنة الموجودة فيها ، ويواسطة المادة اللزجة والسكريات التي التي تيتوي عليها هذه النباتات ، فخلاصة الكينا استخرجت عام •1NY من الكينات والأستريكنين من جوز القيء •
والمواد الدابغة لها خصائص مضادة للعفونة وقاتلة للبكتيريا ، كما أنها عامل مهم لمارية الإسهال ، هنا بالإضافة إلى أنها تؤمن حماية البشرة والأغثية الخاطية . أما المواد اللزجة فلها خصائص ملطفة وملينة ولاينة ومفيدة
11.

النباتات التي تؤثر بو اسطة هرموناتها
إن للنباتأت والزيوت الأساسية تأثير| مشابهًا لمفعول الغدد الصمأه،
فخلاصة عبيز الزهر تحوي هرمونات منشطة لوظائف الجسهم الحيوية، فوشلا حشيشة اللدينار قد لو حظ أن السيلات اللواتي يتناولنه بصورة مستمرة - ينتظم

 والينسون الأخضر والنعناع يسهل عمل الخدة النخاهية . وفي وني النهاية بُستطيغ أن نقول إن أكتر النباتات مغيدة بفضل قدرتها المضادة للجرإئيه والمانعة للعنونة ، فهنثلا الزعتر (الصعتر) غني بالنميول ، وهي مادة مطهزة ، فهو مانع للعفونة :
النباتات التين تقوي مناعة الجسـم
عند إصابة| الجِسم بمرض ما ، لا يكفينا معالجة الأعضناء المصابة فقُط ، نبل لابل من تقويةً مقاومته للمرضص ومحخلفاته . وحتى يتم تقوية الجمسـم: ضند هنا المرض فلابد مُن إمداده بالمواد التي فقدها خلا لـل فترة المرض ، ويمكن للبنباتات القيام بذلك بفضل تركيبها الطبيعي ، أما فاعليتها فيمكن تلخيصها فلما فيمنا يلي : - تُخلُّص العضو النصاب من السموم والوسائل الضارة .
 الأسابنية بفضل مفعولها الهرموني والمنشط للأعصاب الماب



 موادها بسهولة ، كما أن تأثيرها يتم بفضل دورها المنشط والذي يفيد التوازن

العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة 111

$$
\begin{aligned}
& \text { للجسم ويقويه ، لذا فباستطاعتنا استعمالها في كافة الـلالات : }
\end{aligned}
$$

$$
\begin{aligned}
& \text { - كعلاج لإعادة التوازن . - كمساعذة من نوع آخر . }
\end{aligned}
$$

العلاج بتدليك العظام
برهنت التجارب المعملية على الآتي :
أن أية مشكلة تكس العضل أو العظام أو العمود الفقري تسبِبِ عاجلاَّا أو
 من جراء إصابة أية فقرة من العمود الفقري، كما الما أن العما أليا أليات الفسيولوجية في أعضاء الجسم تتأثر جميعها بتضر العمود الفقري
وتدليك العظام له فاعلية ميزة خصوصاً بالنسبة للأعضاء التي وظيفتها الأساسية تخليص الجسم من المواد الضارة ، وللأعضاء التي وظيفتها الدفاع والمقاومة ؛ كالكليتين والكبد والطحال .
أن بعض العوامل والتصرفات قد يسبب ألَمتا في الظهر ، منها مثّلا تيار الهواء في السيارة أو في المنزل ، فذلك يؤدي إلى رطوبة العضلات فتات فتقوم
 تحريك المفصل المرتبط بها ، وفي هذه الحالة يكون العلاج بتدليك العظام ؛
 إلى حالتها الطبيعية ، ويشعر المصاب مع أول تدليك للعضلة ألن التين التصلب يتلاشى والتوتر يختفي والعضلة تنشط .
أن فاعلية العلاج بالوسائل الطبيعية تأتي من كونه منشطاً وينا ويساعد الجمسم


ومن النتائتج الحققة من تذليك عظام جمجمة الرأس - تخفيف اضطرابات
النظر • وتتحقتق هنه النتائج لأن هنالك مرونة في عظام الجمسجمة ؛ حيث تُتص هذه المرونة الصدمات والرضونوخ وتحميها من الكسر .

## بعض الأمراض وعلاجها

## بالنباتات الطبية وتدليك العظام

الأرق
إذا بلغ المزءء مبلغًا من هذا المرض فيكفيه الزيزفون وزهر الليّنون،

 تزيل السمية مب الجلسم ، ومنها الصعتر والبابوج وأوراق الزيتون ومن النباتانت التى تساعد على النوم وتخطِّ مرحلنة الأرق ، فهي النباتات الغنية بالماغنسيوم والحديد والفوسفور والبوتاسيوم ، فهي تُهِّيّئ الأُعصاب وتساعل على النُوم ، ونختص منها الزيزفون وحشيشة الهر . الأعهانب
يتم علاجه: بالنباتات التي تهلئ الأعصاب ، مئل الزعرور واليانسون
 يتم نقعها في الماء الفاتر أو الحلار ، ثم يشربها المريض ثلاث مرات في اليوم . الالْنطرابات الهـهضمية الكبد
للكبد وظائف عديدة ، وهو يلعب دورا أساسّا في عملية الْضضم والتمشيل الغذائي • يوزع الكبد على الجِسم جميع المواد الغذائية الأسناسية ،

العلاج بالغذاء : برنامج للوحول إلى الصحة العامة IT IT
كها يقوم بوظيفة أخخرى أساسية هي تخزين فائض الحلديد. وهو مضاد للسموم ، وينظٍم سكر المجسم وكذلك درجة الحرارة .
العظام الواجب تدليكها في هذه الحالات هي الفقرات التَططنية جميعها .
النباتات المفيدة في هذه الحالة هي الِيانسون ، الريحان ، الثوم، الكرفس ،
البقدونس ، النعناع
اليرقان
المعالجة الناجحة هي تذليك فقرتي العنق والظهر ، أما النباتات المناسبة منها فهي : جميع المسهلات والمساعدة على الهغنم ، والنباتات المفيدة للكبد ومنها الجر جير ويقلة المللك والنعناع والبصل

تنتع صباحًا ومساء قبضتان هن الصعتر وقَضتان من الزيتون وقبضة واحدة من عرق السوس ، وتقدم للمصاب .

انتفا خ المعدة بالهواء
بإمكاننا معالجهة هذه الحالة المرضية بواسطة تدليك فقرتي العنق الأولى والثانية ، و فقرات الظظهر الرابعة والـلامسة والسادسة والسابعة والثانية عشرة . ، anet أما النباتات الأكثر إفادة للتخلص من الانتفاخ فهي الشبـت أو الشِّثْت واليانسون الأخخر والزعرور والقرفة والكراويا والكهون .
تنقع ئلاث قبصات من اليانسون الأخضر مع قبضه زيزفون وقبضة من النعناع ، وتقدم للمريُن بعد أن تُصفیَى قبل تناوله وجبات الطعام •
عسر الهـ ضنم والتهاب المعدة

عسر الهخنم غالبًا ما يسبب الألم . والعلاج الأساسي هو اتباع نظام تغذية متوازن ، مع تحسين وظائف الكبد .

لمعالجة عسر الهضم يقوم الإخصائي بتدليك الفقرات الظهزية الثانية والثالثة والخُامسة والسادسة والسابعة . أما بالنسبة لالتهابِ المعدة فإنه يستوجب تلذليك الجمجمة وفقرات الظهر جميعها والفقرة القطنية الثانية وعظمة الحوض
أما النباتانت المفيدة لهاتين الحالتين فهي الأفسنتين absinth وحشيُشة الملاك
 . estragon والهندباء البرية وزهر الليمون الحامض والطرخون Centaurea القرحة
باستطاعتنا تجنب أنواع كثيرة من القروح إذا تفادينا ما يسبب الانسدادات





الإمساك
بإمكاننا معالجة الإمساك بتدليك العمود الفقري السفلي ، أي الفقرات


 والبابوج والشُمبرة ويقلة الملك والتفاح والراوند والنخالة
الإسهال ، الزغْدة (الزُحُار)
 الظههية الحادية عشرة والفقرة القطنية الأولى . والنباتات المفيدةٍ لمعالِّلـة هاتين

## 110 العلاج بالغفاء : برنامج للو صول إلى الصحة العامة

الإصابتين هي : الأفسنتين والأخيليا وزهر القناديل والسنديان والسفرجل barberry والبربريس

يغلى في ربع لتّ من الماء خمس قبضات من الزيزفون وني وخمس قبضات من الصعتر أو تنق ثلاث قبضات من أوراق الفريز (الفراولة) وثلاث قيضات ونـات من
 . بالزحار

## السكري (البول السكري) ، مرض السكر


 تدليكها هي : الفقرات الظهرية الثانية والثالثة والسابعة والثامنة والتالسعة والفقرة التطنية الثانية .
 المج

الحساسية
يصاب الإنسان بالمساسية من جراء تنيير بسيط في توازن الجسم، هذا التغيير في مولدات المضاد antigens القادرة بكجرد وجوده الما فيا في الجسم على

 والتهاب الجيوب الأنفية ، وكذلك بعض أنواع الهرش المزمن والتهاب المعدة والصلاع

إن تدليك البممجمة هو علاج مفيد في حالات الإصابة بالحساسية. أما النباتات التي نصح بها فهي : القرطب bardane ، وإكليل الجبل ، والصعتر
1.19 العلاج بالغذاء : برنامج للرصول إلى الصحة العامة
البريو ، والطعتر •

إذا أخذا الربو شكل حساسية ، فتدليك العظام يفيده ، وْخصوحتّا الجمججمة والفقرات العنقية الأولى والرابعة والسابعة .

حساسية البّلد
يمرض الُلملد في بعض الأحيان بسبب حسابيته تجاه إحدى المواذ التي سبق ذكرها . وهذا النوع من الحساسية يفيده تدليك جانبي الجمهجمة كما تفيده النباتات المْصصهة لمعالجة الحساسية .
تنقع قبضتان من الصعتر مع قبضتين من العرعر وقبضتّين مبن القوِيسة
وقبضتين من الورد ، وتقدم للمصاب مرتين في اليوم • الأنف والجيوب

لعلاج مذا النوع من المساسية باستطاعتنا تدليك الجمهجهة وفققرتي العنو الأولى والسابعة وفقرات الظهر الأولىى والثالثة والرابعة والأضاللاع الأربع الأولى
تنقع النباتات التالية وتقدم للمصاب مرتين في اليوم : ثلاث قُبضات من
 مع قبضتين من النعناع ، ويفيد الميض أن يستنشق زهر البابونج . إلصداع ألنصفي
إنه نوع من آلام الرأس يصيب عادة نصف الجُمجمة ويلوم بُدة دقائق أو يومًا بكامله ، ويأخذ شكل نوبات متفاوتة الشدة .

الأذن . يفيد التدليك في تخفيف حدة الألم ، خصوصًا تدليك الجممجمة ،
liV العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى اللصحة العامة
وفقرات العنق الأولى ، وفقرات الظهر السفلى ، والفقرات القطنية ، وعظام الـوض من الجهة اليمنى

تنقع النباتات التالية لتهدئة الألم وتقدم للمصاب مرتين أو ثلالثاً بعد تناول الطعام : قبضتان من النعناع مع قبضتين من الزيزفون وقبضتَين من الصعتر وقبضة من إكليل الجبل .

أعصاب الرأس
مجرد تعرض أي عصب لحادث يمكن أن يسبب الألم والنوبات الحادة . وتتم معالجة هذا الألم بواسطة تدليك الجمسجمة وفقرات الرقبة والأضالاع

الثلاث الأولى .
أما معالجتته بواسطة النباتات فتنقع في الماء الساخن النباتات التالية وتقات الئدم مرتين أو ثلاث مرات في اليوم: ثلاث قبضات من إكليل الجبل مع قبضتين من الخزامى وقبضتين من زهر أبو صفير مع قبضة من القويسة آلام الورك والفخذ


 المشاكل الميكانيكية ، جميع آلام الأعصاب نابن الجّة عن عامل التهابي يدوم حتى زوال الضنط عن الصصب إذا لم تعالج بالشكل المناسب ع الما

 نقع النباتات التالية وتناولها مرتين يوميّا : ثلاث قبضات منا من البردين الموش مع فبضتين من النعناع وقبضتين من الصعتر وخمس أو ست قبضات من

1 1 1 العلا ج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة
آلام أعصاب العنق والذراع
، لمعالجة Tلام أعصهاب العنق والذراع يجب تدليك فقرات العنق السفلى العا
 ويجب نقع الأرجل واليدين في اللماء الساخن مع الأعشابُ الآتية : البردقوش، امع الحزامى ، والصعتر البري ، والزيزفون (قبضة من كلْ نوع في . تلر ماء مغلي) انقطاع الطمث
يحدث هذا بسبب اضطراب هرموني أو بسبب اتباع رجيم قاسن أو بسبب صدمة نفسنة أو عاطفية . والأدوية الأكثر استعمالا في هنه ألحا هالة هي الهرمونات progesterone ألو

لكن مفعول هذه الهرمونات غير دائم ولا يلغي أسباب المرض : ومعالجة
 السابعة والفُقرة الظهرية التاسعة ، والفقرات القطنية الثانية والثالثة وعظمة الحوض من جهة الشمال .

تنقع النباتات التالية وتقدم للمصابة مرتين يوميّا : ثلاث قبضات من القويسة ، وقبضتان من إكليل الجبل ، وقبضتان من البابوغ مع قبضتين من زهر القنديل

الطمث المؤلم
 الحوض غيب| متوازنة مع العمود الفقري ؛ أو بسبب تشنجات في الأغشية التي تغلف الأعضناء . ويككن معالجمة هنا بتدليك جانبي الجِمجمة والفقرة الأولى والسابعة والْفقرة الظهرية العاشرة والفقرات القطنية وأعلى الحوض على مبار

العلاج بالغذاء : برنامج للوحول إلى الصـحة العامة 19
تنقع النباتات التالية وتتناول مرتين أو ثلائًا يوميّا من أيام الطمث : قبضة
 البردقوش وأربع أو خمس من زهرات البابوج .

تقرح الجلب
البشرة هي مرآة صححة الجسم ، وتعكس الاضطرابات التي تطرأ عليه .
وسبب تقرح الجلد وحب الشباب قد يكمن في الهرمونات أو الكبد ، أو أو هو متعلق بتوتر الأعصاب . والعلاجات الموضعية لهذه الإصابة غير فعالة ، إلا
إذا رافقتها علاجات داخلية .

نضيف إلى النباتات الكلاسيكية المطهرة بعض العلاجات المحددة ؛ أي إلى الأرتطيون وعنب اللئبُ وبقلة الملك والقريص والفشاغ (زنبق) نضيف في حالة الاضطرابات الهرمونية ما يلي :

زهرة القنديل وإكليل الجبال والقويسة ، وفي حالة الاضطرابات الهضممية
النباتات المفيدة هي : البنطايا Gentiana والعرعر والصستر البري والصعتر . التدليك ينشط اللدورة الدموية وتَبادُل السوائل داخل الجِسم ، كما أنه ينظم مختلف وظائف الأعضاء والغدد ، كما ينعكس إيجابًا على مستوى الجلد . لذلك ولكل ما ذكرنا من أهمية الملاج بالغذاء - ظهر حديثا برنامج يشمل
 أسابيع ؟ لأن هذه الفترة كافية لتأقلم الأنظمة البيولوجية بالجّسم علا
الجلديد ، وكافية لزيادة قوة الجمهاز المناعي وظهور الاستجابة

كما أن هذا النظام يزيد من استجابة هذه الأنظمة البيولوجية ويؤدي إلى زيادة هرمون البروستاجلاندين وهو ما يسمى مضاد الالتهابات ، كما أنه يؤدي إلى انتظام ساعات النوم ويقلل من القلق .

TY. الأسبرع الأول
|-1

$$
\begin{aligned}
& \text { ا- التخحلص من كل أنواع الدهون والزيوت ما عدا زيت الزيتون . }
\end{aligned}
$$

$$
\begin{aligned}
& \text { r }
\end{aligned}
$$

ع - التخخلصن من كل المنتجات التي تحتوي على ألوان صناعياعية: 0- التأكد من المحتوى الدهني لكّل ما تأكل ، وخاصة مالما يـحتوي على الداهون المشبعة

## الوجبة

1- أبدأ بأكل الخضراوات الطازجة وخاصة المحبب منها لنفسك . Y- اعتمد أكثر على الأسماك - السالمون - السردين - على الأقلى فرة أو
 ذاث الفائدة العظيمة للجسم ؛ حيث إنها تساعد على تقليل دهون اللمج ، وتساعد كمضادات للالتهابات وزيادة سرعة الالتئام في الأنسجة . الإضافات
 كل وجبة ، أي مع الإفطار - الغداء - العشاء ، من المصادر الطبيعية . لأن ڤيتامين C يساعد على بناء أنسجة ضامة قوية وكذلك يساعد على سنرعة التئام الجُروح النانجّة من نظام التمزق

التمرينات الرياضية
1- حاوِل المشي لمدة عشر دقائق مشيّا منتظمًا يوميّا .
|Y| العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة
Y- إذا كنت على برنامج خاص بتمارين aerobic فإن الأمر يلزم المشي إضافة إلى ذلك .

الجانـب العقلي والروحي Mental-Spiritual الما الماء
1- ابدأ في تمارين الاسترخاء والتنغس لمدة خمس دقائق يوميّا وهي عبارة عن الآتي : الا
أ - اجلس في وضع مريح مع استقامة الظهر والكينان مغلقتان مع ارتداء ملابس مريحة غير ضيقة .

ب - ركز على التنفس بأخذ نفس عميق من الأنف وطرده من الفم مع


- الجسم والعقل والروح

Y- عليك بزيارة بعض الحدائق أو الأماكن الخضراء ، وإن لم يتوافر يتم
شراء بعض الزهور ذات الشكل والرائحة الجمهيلة .
ملاحظات
1- يلاحظ أن زيوت الخضراوات تحتوي على عديد من الدهون غير المشبعة التي تتأكسد بمجرد تعرضها للهواء ، وبذلك تمتزنخ، بعكس

 وهي مفيدة للجسم بالمقارنة بعديد من غير المسنبع والمشبع •
Y- ويذلك يكون زيت الزيتون أقل في معدلات الإصابة بأمراض القلب والسرطان .
r- دع كالا من عينيك وأنفك تدلك على زيت الزيتون الطازج غير المززون.
 الأسبو ع الثاني

> الو جبة

ا- مرة أنخرى في هذا الأسبوع يـجب أكل السـكك مرتين على الأقل مـع
البروكلي أو القنبيط

Y - حاول زيادة محتوى الوجبات من الحبوب cereals . لانحظ أن أحسن
وسيلة للحصول على أكبر كمية من الألياف تأتي من أنكل الخضر اوات الطاز
ب- حاون أكل هنتجات فول الصويا ،وهي تحتوي على أيزو فلافون التكي تقي الجلسم من السرطان وكذللك خشونة المفاصل .

ع - استبلل بالشاي العادي الشايَ الأخضر .

-     - لوحظ أن أقل نسبة سرطان ثدي توجد في الصين واليابان ؛ لأن النساء هناك كانت معتادة أكل الأشياء الطبيعية غير اليُتوبة على هرمؤن الاستروجين ، الذي يعطى كلحيوانات لزيادة نموها : عندما تحول هؤلاء النسوة إلى أكل اللحوم المحتوية على الاستروجين الصناعي مشل النساء الأمريكيات - زادت نسبة سرطان البثدي مثل تلك النسبة الموجودة في أمريكا .

كما وُجِلْ أن نساء الصين واليابان اللائي يَعشْنَ على المنتجانت الظبيعية أقىل بكثير في المتاعب التي تحلث في سن اليأس • ويرجع ذلك إلى أن المنتجات الطنيعية تَتوي على ما يسمى بالفيتو استروجين الطبيعي الموجود في النباتات ، وهو ما يعطي حماية عن الاستروجين الصناعي لسرطان الثلثي ومتاعب سن -اليأس
7 - تقليل كمية الكافيين الموجودة في القهوة وماء الكولا وغغيرهنما .

العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصحة العامة YY
الإضافات
1- ابدأ في تناول الكاروتين من الجزر الأصفر مع الإفطار (كوب من
 من بيتاكاروتين + ألفاكاروتين + زانثين .

التمرينات
استمر في المشي مع زيادته إلى مدة خمسين دقيقة مع تمارين الأيروبكس .
الجانب الروحي
1- قم بزيارة الأماكن المهبة أو المنتزهات مع قضاء أكبر وقت عكن r- r- حاول في يوم واحد من هذا الأسبوع أن لا تقرأ أو تشاهد التليثزيون أو تسمع أخبارًا في هذا اليوم ، وعش مع نفسلك .
 ثانية - - • ثانية تمارين للتنفس كل يوم . استمر في التنفس مع البداية بالشهيق من الأنفـ وخروج الزفير من الفم - لاحظ أن الشاي العادي يحتوي على مادة الثيوفيلين ، وهي الملادة التي توجد في القهوة بنسبة عالية ـ لذلك الك حاول استبدال الشاي

الأخضر بذلك الذي يستحب شربه مرة أو مرتين يوميّا . - في حالة ضرورة شرب الشاي العادي أو القهوة حاول استبداله الها بالأنواع الخالية من الكافيين الذي كثرته تؤثر في النُريان التاجي

رالقلب .
هذه قصة سيدة تعمل في تعليم الموسيقى ، تقول إنه حدث لها تحسن ملحوظ في النظر بعد استخدامها 1 أسابيع من هذا البرنامج . وتقول إنها في الأسبوع الثاني أخذت البلزر الأصفر في صورته الطبيعية أو في صوررة عصير طازج ، وفي خلال هذه الأيام فإن مشاكل الرؤية لليها تحسنت تحسنا ملحورنًا


والتحي كانت تعاني ثنها علىى ملى
طبيب العيون المعالج: .
扰
بر نامج هذا الأسبو ع يعتمل أهسا علا على
1- الاعتماد علمى الخْشواوات والفاكهة الطلزجة ، وريحسن اللانتعاد عن
هنم الخْفراوات أو الناكهة التي بتتوي علىى بقايا النكيماويات ؛: أي
الاعجتتهاد علىى ما يأتي منها من زراعات طبيعية .

استخخل| وواقي الشاشة للكمبيوتر ، وكذللك استخخلامُ علدسات
للنظذ!
الو
-
والفاكهة .


البقو!ألات مكان و جبة الللحوع .
ت住


التمرينات



العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصـحة العامة 1 Y
Y- إجراء بعض تمارين الاستطالة للعضلات لزيادة مرونة الجسم . الجانب الروحي
1 - حاول مرثّني في الأسبوع أن تجلس مع الأصدقاء أو المقرَّبين كَّن تشعر معهم بالراحة والسعادة .
r-r حاول في يوم واحد من هذا الأسبوع أن تعيش مع نفسك وتجنب سماع أية أخبار .
r- الاسترخاء لمدة 1 دقائق في النهار مع غلق العينين واسترخاء كل
 تأثير • يككن زيادة الاسترخاء إلى عشر دقائق الحــنراوات خحلال الأسبوع

- ع بصلات
- 
- م ملاعق زيت زيتون
- أوراق خضراء مثل الخس والجرجير
- كيلو فاصوليا خضراء
- 
- r بطاطس كبير rer
- ملزء كوب عيش الغراب
- ملوء ع أكواب حبوب ؛ مثل القمح - الشعير - الفاصوليا البيضاء البسلَّى
- 7 قرون فلفل أخضر الفاكهة
كل يوم نصف كيلو جرام فاكهة متنوعة .

4Y العلاج بالغذاء : برنامج للوصول إلى الصـحة العامة
الإخافات

. . . - -
وذلك لأن الاثنين معكا يمثلان أحسن مضادات الأكسدة ، هذا بالإضافة


الأصفر
الأسبوع الرابع
الـخطة

- ي يجب: مراجعة سرير النوم ، وكل ما به من وسائلد ومزاتب؛ وْوضع


الأوضّاع
Y - Y حاول الخصول على مرشح للهواء في غرفة النوم ، وإن لم يتوأفر فقم
بتجدين الهواء باستمراز مع النوم ملمدة كافية .
r- م- مراعاةً أن نوم النهار لا يعوض نوم الثليل
الو جبة.
1- يتم في هذا الأسبوع تناول كمية أكثر من الثوم -
Y- يتم في هذه الأسبوع تحويل وجبتين على الأقل من اللنحوم إلـى بروتين
فول الصويا
التمارين
يجب زيادة تارين aerobic والمشي Y Y دقيقة يوميّا لمدة 0 أيام في هذا
الأسبوع •

العلاج بالغذاء : برنامج للوحول إلى الصحة العامة
الجانب اللروحي
ا - المداومة على تمارين التنفس والاسترخاء مع زيادة ملتها بعض الشيء

 إرادة الشففاء من الأمراضى وسرعة الالئئم ، وتحدث معهم عن - تجاربهم -

الأسبو ع الـنامس
|- الحطة
حاول أخذ حمام بخار أو الدخول للساونا واستخدام ذلك لمدة • ب دقيقة لمدة يوم واحد في هذا الأسبوع ، مع شرب السوائل الكافية لتعويض المفقود . الو جبة
الاستمرار فيما سبق مع التركيز على الشاي الأخضر والتليو والبردقوش والخضراوات الملونة وكذلك الفاكهة الملونة ، مع تناول اللحوم مرة والحـة وار في

هذا الأسبوع •
التمارين
زيادة تمارين الاستطالة والمشي إلى • ب دقِقة لمدة ه أيام في هذا الأسبوع •
الجلانب الروحى
1 - كرر تمارين التنفس والاسترخاء يوميّا .

r - التنزه في الحدائق الخضراء أو شراء زهور مححبة . الأسبو ع السادس

الحطة
أخخذ حمام البخار أو السّاونا مرتين في هذا الأسبوع •

> 1rA العلات بالغذاء : برنامج للوضصول إلى الصحة العامة
> الوجبة

## 1- زيادة:مرات تناول السمك والتونا .



> التمارين

زيادة التمبارين والنزهة إلى ? •ع دقيقة لمدة 0 أيام في هذا الأسبوع.
الجانب الروحي
1- المداوبمة على تارين التنفس والاسترخاء .
Y- r- الاستمتاع بالجلوس مع الأصدقاء والمقربين . r- التريض في الحدائق

## الأسبوع السابع

## الحططة

1- قم بأي عمل خيري خلال هذا الأسبوع ؛ مشل زيارة المستشففبات أو مساعدة صلديق أو جار .

Y- Y-الاستبُمرار في حمامات البخار أو الساونا لمدة • دقيقة
الو جبة
. اللداومة على النظام الغذائي السابق

> التمارين

زيادة التمرينات والمشي المنتظم لدةٌ •0 دقيقة لمدة 0 أيام في هذا الأسبوع
الجانب الروحي

1-زيادة تُارين الاسترخاء والتنفس مرتين يوميّا ، كل مرة 0.
r - التيام بأي عمل محبب للنفس الن

العلاج بالغذاء : برنامج للوحول إلى الصحة العامة 9 IT 9 الأسبرع الثامن

الحطة
1- يتم عمل مراجعة للتغيرات التي قمت بها لتغيير نظام أو أسلوب
 Y- r- كرر ما وجدته مناسبًا لمدة 1 أسابيع أخرى .

## الوجبة

لعلك لاحظت ما قد طرأ على صحتك وجسمك من تحسن الاستمرار في
هذا النظام الغذائي
الإضافات
ا- الاستمرار في الكاروتين من الجزر الأصفر والثوم لزيادة الأكسدة
ومحارية الشيخوخة .

Y - ز زيادة موارد الأميجا (r) لمحاربة الدهون
 - ملاربة الأورام وزيادة الالتئام
₹ - المداومة على الشاي الأخضر وكذلك التليو والبردقوش .
التمارين
زيادة التمارين إلى ساعة يوميّا لمدة 0 أيام •

> الجانب الروحي

1- المداومة على تارين الاسترخاء الاء التنفس


## نصائح عامة

عدم الإهمال في معالجة الاضطرابات الصحية ، والسعي وراء العلاج

*     * . العلا ج بالغذاء : برنامج للو صول إلى الصححة العامة بالطريق العلمي السليم
-Y- تُنـن استخلمام النباتات المُلنوطة بصورة عشوائية في العنلاج ذون مرجي علمي
ץ- بّنب النباتأت التي لـم تذكر في هذا الكتاب ، إلا في وججود مرجع - علميك ع - الاعثناء البحيد بالأسنان ، والاهتهام بصـحة الِسـم . - أخذ ألقسط الكافي من النوم
- 7 - عدم|التعرض لتيار هوائي أثناء النوم .
-V
^- عدمالإفراط في التدفئة والتبريد في غرف النوم . 9- 9 -
-1 - تجنَب الأوضاع غير السليمة في المُلوس ، والقيام ، والنوم، لأن زلك نيضر بالعمود الفقري والرقبة .

11 - عدلم حمل الأوزان الثقيلة

- ا• - عدم استخخدام الوسادات الضخخمة أو العالية في النوم世| - أخلذ الوقت اللازم لتّلبية حاجات البحسم الطبيعية .

وحتى نتجني استفحال المرض في أجسادنا والتعرض لآلام وعذاب المرض ، فهن الأفضـل استخدام أساليب الوقاية التي جاءت بصدد كتابنا هنا . وإني أحسبنه علمى خير إن شاء اللهَ .

وعلى الله قصبد السبيل

## الفصل السـادس

## الطـب الوقائي

 سـيـِّدنا مـحـمـَّد الطـبـيـبتعرض هذه السطور صورةً نبوية شريفة ؛ هي صورةُ النبيّ الطبيب ، الذي يحرص دائما على تقديم النَّصيحة للأمته ، لعلاجها من أمراضها وانها الروحيّة
 إسلامية رائعة ، تربط الأسبابَ بالمسبِبات، وتلفت الأنظار إلى مفرداتِ الطبيعة
 الحثثُ على النَّداوي

 أخرجه البخاري (

 العلاج الروحيٌ ، أما العافية فتكون من الأمراض الجِسديةّ . وهكذا بحثُّا سيدنا محمد
(Mr الطبَ الوقائي : سيّدنا محمّد الطّبيب
وفي الـثـِ على التداوي لما للصحة من أهمية في الحياة الدنيا وردت





سُنته


(10^/V (رواه البخازي ) .

لقد جاءت مقولات النبي الطبية ، في أغلب الأحيان ، لتحث المرّ المنى على أن يبحثُو! عن الدواء النافع لهـم مع اعتقادهم أن الشِّفاء بيلٍ الله ؛ وأن الشافي حقيَة هو الله ، وما هذه الأدويةُ إلا أسباب يَسَّها الله لعباذه في الدنيا . ومن ناحية أخرى فإن هذه المقولات الطبية تحمل في طياتها علاجًا معنويّا راقَاً ، من شأنه أن يرفع من معنويّات المريض النفسية ؛ ذلك أن الجانب النفسي في علاج المريض يزرع التفاؤل والأمل في وجدانه . وفي هذا الباب أيضنا نجد أحاديثَ مثل ما رُوي عن أبي سعيد : أن رسول

 زواه أَحمد والطَّبَاني" .

الطب الوقائي : سيُدنا محمدُ الطَبيب
ومُل ما رُوي عن النبي شُّهِّ أنه قال : | الحِلْمُ عِلْمانِ : عِلْمُ الأَبْدانِ ،

 العلل ، ولنعلم ما يصيب البدن، وما يشفيه ، وما يقيه المرض - فينفعنا ذلك . وفي رواية عن أبي هريرة كَّئَّفَ قال : أجيفَ برجل من الأنصار يوم أحُد ،
 قيل : يا رسول اللهَ بَّ

 الحديث أخرجه أحمد في المسند (YV)/0) ، وابن أبي شَيْبة في المصنف

وعنه أنه فال : دخل رسول اللهُ إلى الطِّبِب" ، فقال له قائل : "وأنت تقول ذلك ، يا رسول الله؟ ؟" قال : . "نَعَمْ
 التّداوي ، والأخذ بأسباب الطبِ التي خلقها الله لنا ، والبعدِ عن الاستسلام أمام المرض ، فإنه يقول : ها المُؤْمِنُ القَوِيُّ خَيرٌ وأحَبُ إلى اللهِ مِنَ الْمُؤِمِنِ


الوقاية خير" من العلاج
 حيوية . . . إلخ ، ما هي إلا وسائل حديثةٌ للوقاية من حدوث المرض قبل أن

 به بِأَرْضِ فَا تَدْخُلوا عليه ، وإذا وقع بِأَرْضِ - وأنتّم بها - فلا تَخْرُجُوا


 أما الطبٌُ الحديث فنجده يمنع مخالطةَ ذوي الأمراض المعدية إو الانتقال معهم ، ويضعههم تحت المراقبة داخل وخارج البلاد التي يسافزون إليها ، على الأقل فترة حضهانتهم للمرض ، ولو استطاع الأطباءٌ منع المرضمى ذوي الأمراض المُعدية من دخول بلادهم لفعلوا، ولكن ذلك غيرُيسير عليهم •

 كان في كلامه المرشدِ الحظيم بمثابة الطبيب البارع في زمنِ كُم تكن فيه الأمراضُ ومسروهةَالسبب ، أو طرق العلاج ، أو حتى طرق الوقاية منها .





المريضة علي صاحب الإبل الصحيحة فيجديها بمرضها .
كما أنه


الطب الرقائى : سيّدنا محمُّد الطَّيب 0 با


 كل ذي مخلب من الطير وكل ذي ناب من السِّباع " . الحديث صني
 (roo - ro६/r)
 مسنده (1EY/0)

 مليئة بالمواد السامة ، والطفيليات التي لا يقتلها الطهي .



 الجسم من النوم ، والإجهاد الزائد ، يؤديان إلى أمراض كي كثيرةٍ ، وقد درأها عنا رسول الله هِ



 ورعما يكون الهدف هو التنفير من ترك تقليمها ؛ فكما أن الشيطان عدوٌ

## 

للإنسان- فهِّهنهالميكروبات أعداءٌ جبارة في تحطيم جسهه والفتك بهبحته .

 الأسنان؛ جيث إنها ملان

والفرشاة لأول مرة عام • • ^ ام تعقريبًا .

 البوتاسيوم ، وأوكسالات الكالساع السيوم ، وهذه المواد هي التي ثقوم عليها صناعة معجون الأسنان بشتى أنواعه











ITV الطب الو اتئى : سِيْدنا محمُّد الطَيب
وكذلك تحدَّث
 الصّالحِ . . .

 الأكفاء، ، فإذا كانت الأم مثلاً ضعيفة العقل، وبها بَلَّه ، فإن هذه الصفات تنتقل إلى الجنين .


 وهي ما تتفق تُمامّا ونظريات العلم الحديث .





 جاء إلى رسول الشَ




ATA الطب الوقائي : سيّدنا محمةًّ الطّيب
 شيبة في المصنّف (1/0) / (1) .





 قيء وإسهال ، وكذلك الأمراض المزمنة بالقلب ، والضّنَّف العام ، ، والتَّسممات بأحتباس البول ، أو بمواد خارجية ؛ كالزِّرنيخ ، 'وكذلك




 الكي" . ها البخإي وابن ماجة وأحمد والبزار .

ويالنظر إلم تركيب العسل نجده يتكون من العديد من اللعناضر التي



 جرامات ونصفًّامن اللحوم و Yا كيلوجرامًا من الخضراوات : كما أن العسل

بدخل في كثير من الأدوية الانصنَّة لعلاج كثير من الأمراض دوائيّا (وأما

تم إننا نعرض صورة أخرى من صور الطب النبوي ، وهي العلاج النفسي














 النفس الثائرة ، وتتحسن الصحة ، ويذهب القلت ،

 ورَحْمْةُ للمُؤْمْمِينَ

، ـ ا . الطب الوقائي : سيِّنا محمَّد الطّبّبب
وقيل إن "ل من "ليست للتبعيض وإنا هي للتبيين ، أي كل شيء نزل همن





وأحمد في المُسند (YV / - TYQ) .

والحزن يؤدي إلى أمراض عضوية ؛ مثل : ارتفاع ضنغ الدم ؛ ؛ والبول



 قطرة لعلاج بعض أمراض العيون (الجلوكوما) ، ويسبب شيب الشباب ، المباب ؛ ذلك أن تأثير الحزن على الغدة الكظرية هو نغس تأثير الخوف عليها ؛
 لتأثير الخوفب هو السبب في شيب الشباب ، و منه قوله سببحانه و تعالى :

 إجهاض السُيدات الحوامل . ومن هنا كان علينا أن نتهسك بسنة رسول الله



الطب الوقائي : سيُدنا محمُّ الطبّبب 1 § 1

وروى الدارقطني عن ابن عباس - رضي الله عنهما - قال : من اشتكى
 سورة الأنعام آية $9 \wedge$.




 وهو حديث حسن ، وقال الحاكم : حديث صحيح الإسناد ، ولم يخرجاه ، وأقرَّه الذهبي" .

الأدوية النبوية
النهي عن التداوي بالنجاسات
تعدًّدت التوجيهات النبوية اللاعية إلي البعد عن التَّاوي بالنجاسات ،



وقد أخبر شَ أضرار ومغاسدَ عقلية ، وإذا فسد العقل ذهب الدين ، لم يبقَ منه للمرء


شِفاء" ، (الحدنِت أخرجه أبو نعيم في الطب النبوي ، كما في كنز العمال) فقد جثنا رسول الله (سبحانه. وتعالىي) قد جعل فيه الشفاء المبارك بك بإذنه .

وقد ثبت في الصحيحين ، عن نافع عن ابن عمر قال : قال رسول الشّ
 ومسلمَ ، وأححمل ، والتُرمذي ، وابن هاجة .

وكذلكك عن|ابن عباس - رضي الله تعالِى عنهما - مرفوعًا : إ المُمُّى مِنْ

وعن أسماء بنـت أبي بكر - رضي الله تعالى عنهما - أنها كانت تُؤتى


 ثلاثَ ليال من النَُّحَر .a الحديث رواه الطبراني في الأوسط ورجالُه ثِقّات .

 سديث (ケ६V0)

والحمى ارتفأع في درجة الحِارة ؛ وهي تنتج عن أسباب كثيرة؛ أما
 الذي يُنصص حرابُتها ؛ وهذا ما يشير إليه الطب الحديث ؛ ألا وهو الكمبّادات

الطب الوقائي : سيُّدنا محمّد الطُّيب r r
الباردة ، و وَضْع الثلج وغير ذلك ، حيت يضاف الخلُُ إلى الماء لتقوية أثره .


 هذا إلى جانب مواد أخرى . ومن هنا يتضح الإلهام النبويّ باستخدام الحِنّاء لـا لـا لها من فائدة عظيمة ، عَلَّمَنا إياها الطبيب محمد
وعن أنس قال : كان أحب الألوان إلى رسول الله





 الترمذي ، وأحمد .

 ومسلم • وهنا يتضح إمكانية العلاج بالكيٍ بالنار ؛ وهو أشبه بالعلاج بالأشعة كالليزر وغيرها




بِالتُّابِ" ، روِّاه مسلم .

 ما أوضحه الطب الحديث ؟ بعد مرور عشرات اللقرون ؛ فهل كان كان وقتها من ينهم علم الميكروبات ، والطفيليات ، وغير ذلك ، وهي لم تُعرِف إلا ححديثّ؟ أليس في ذلك ما يجعلنا نتوجه إلى النبي الأعظم مخفضين هاماماتنا ب إعجابّا
 الشريف - فارجع إلى علم الطفيليات ؛ حتى تعرف إلى أي حدّ الْما يحتويه الكلب في أجشائه من خطورة جسيمة على الإنسان .
 البويضات المناصة بتلك الديدان التي تعيش في أحشاء الكلكّب تُخرج
 حيث تندمج جزيئات التراب مع البويضات ؛ كما يندمج سائل الصابابون مع الموادّ الدُّهنية فيزيلها .
أ رأيت - أخي القارئ - أن الدين لا يأمر بشيء إلا وله فئهيه حكمة



الطب الوقائي : سيُّنا محمَّد الطبَبب 0 §




 يُصْنِحَ . "( (رواه أحمد ، وأبو داود ، والترمذي ، وابن ماجة ، وقيل صشيح) .


 بالقوي . والمشكاة واللاكّئئ المصنوعة وتذكرة المو نوعات) .
 .
 للحوار ، أو عمل أي شيء قد يقلل من راحة المريضن، ويسبِب إقلاقه ، كما أن زيارة المريض واجبة ولّ ولها آداب وقال



هنا وينبغي لمن يعود المريض أن يقرأ الفاتحة ، وسورة الإخلاص والمعوذتين ، وينفث في يديه ويمسح بهما وجه المريض .

## 




 مَرِيضُ أَحَكُكُمْ فَلْيُعْمِمْهُ ، ، (ابن ماجة) .

وكذلك سنَّ


 وأحمد ، والحاكم) .

## الذفصل الالسـابـع

## جدولة عامـة للأحاديث النبوية والإعجاز في السنة النبوية

| الثتخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
|  ، $9 V$ ، $97 / \varepsilon$ و ، ر و وافقه الذهبي ؛ والطبراني في الكبير و /V 9VAA : 7.Er C ، Tro , النسائي في الكبرى في الوليمة ، وفي الطب ؛ كما في المزي ، C وأَحمد القدير /10/ 1071 ح وراجِع الطبرايني الكاعبير <br>  السعدية ، والمجمع 9 / 9 ؛ والكامل لابن عدي ( Ylミ) | ألبان البقر وسمنها ولمومها : <br>  <br>  شفاء إلا الهرم " (1) فعلبكم بألبان البقر <br>  وفي رواية : ا ما أنزل الش من داء داء إلا وقد أنزل له شفاء ، وفي ألبان البقر شفاء من <br> كل داء . <br> وِيٍِْ رواية : 1 عليكم بألبان البقر ؛ فإنها تَرُمٌ من كلٌ الشجر ؛ وهو شفاء باء من كل <br> داء 1 <br> وفي رواية : ها تداوَوا بألبان البقر ؛ فانبي أرجو أن يجعل اله فيها شفاء ؛ فإنها تأكل <br> a . من الشجر <br> وفي رواية: B إن الش (عز و جل) لم يضع داء إلا وضع له شفاءء ، ما أنزل الشد داء إلا أنزل له دواء ، فعليكم بألبان البقر فإنها ، تَرُمُمن كل"الشجر | 1 |

(r) تز من كل الشجر : تأخذه رتاكله
(1) الهرم : كبر الــن .

\begin{tabular}{|c|c|c|}
\hline الثتخريج \& النص \& مسلسل \\
\hline \begin{tabular}{l}
' 0in \(\tau\) ' 19:34.170. 10H \\
البخاري ، الطب ؛ باب OVAIC•OV \\
أحمد / / في الكبير الزو917 الزوائد 91 / 9 ، وأسناده \\

\[
.1 \varepsilon r / 1 \cdot
\] \\
البخاري ، الطهارة بانب 77 \\
 \\
 ،r.\A C ، lor والمغنازي باب \\
 ( \(\because\) と
\end{tabular} \& \begin{tabular}{l}
وفي|رواية : ه ألبان البقر شفاء ، وسمنها
دواء، ، ولحومها داء . " \\
و فيا رواية : "ا سمن البقر و ألبانها شفاء ، \\

أبران الإبل (1) وألبانها : \\
عن يونس ، عن شهابِ فال : وسألته هل \\
 \\
 \\
 بذلك بأستا ه . . المديث عن :ابن عباس ، قال : قال رسول النله عِّ *) للنَّرِبة (8) بطونهـ \\
عن :أنس قال : هِ قد قد أناس من عكَلّ أو \\
 " \\

\end{tabular} \& 1

$r$ <br>
\hline
\end{tabular}

$$
\begin{aligned}
& \text { (1) الالابل : الجمالو الالنون . }
\end{aligned}
$$

$$
\begin{aligned}
& \text { (7) فاجتورا : كرهو المتام . }
\end{aligned}
$$

جدولة عامة للأحاديث النبوية ... 9 § 9 §

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
|  <br>  : 10 ، OVYV ح <br>  ، 7 ، <br> باب r ، الحدود ، باب والترمذي، الطهارة ، باب ، والأطعمة ، ${ }^{\text {، }}$ ، 00 <br>  <br>  والنسائي، الطهارة، باب 191 19 ، ، وتحريم الدم ، باب <br>  " <br>  ، 17Y ، 171 ، lov/r - 19A، 1A7، IVV ، IV. ra. ، rVA, YMr, Y.O <br> البخاري ، الطب ، باب •1 ، 1 ، <br> 己 ، Fr , ovir <br> ट ، Y و ، OVIo | العود الهندي : <br> عن أم قيس بنت هحصن قالت : سمعتُ النبي العود الهنديًّ فإن فيه سبعَةَ أشْفِيَة <br>  | 1 |

 (r) يلد : اللّدود من الأدويةً ما يُسقاه المُيض في الحد شفَيَ الفـم ، ولَديدُ الفم جانبه .
-

(1) ذات البُنبُ : هي الدبيلة ، والدمامل الكبيرة التي تظهر ني باطن المنبب وتتضجر البئ البداخل وتلما


الحريرية: (؟) الايتدام : الكل الـبز مع الإدام . (0)الادمان : الاطلاءبه .

جدولة عامة لكأماديث النبوية ... 101


ابن ماجة ، الأطعمة ، باب ، rr7a ح ، 71

 الرمّمان :
، 90 ، OE/0 الهيشمي
وقال : رواه أحصد (0) . (rAr

الحناء :
الترهذي ، الطب ،
عن علي بن عُبيد الله ، عن جـدنه سَلمى 1 - وكانت تخلم النبي
(I) ألايا : جمع ألية ، وهي العجيزة ، أر ما ركبها من شحم ولحم .
 (§) (Y) السيفرجل : شجرة مثمرة من الفصيلة الوردية . (0) تجّم المواد : تريحه ، وتعبد إليه توته .

جدولة عامة للأحاديث النبوية . $10 r$

\begin{tabular}{|c|c|c|}
\hline التخريج \& النص \& مسلسل \\
\hline \begin{tabular}{l}
ماجة ، الطب ، بابَ 9 ، \\
: \\
أبو داود الطب ، باب \\
/ / \\
: §Tケ \\
حَسَن غريب. \\
أحمد riv•10 بإسناد \\
. \\
ابن ماججة ، الطّب ، باب \\
 ضعيف . وله : شواهده، فالمديـث حسن ؛ وأخرجه ، الترمذي في في إلسُهائل . وصحصه الحاكم . أحهذ وراجع : الداربُي الصهوم باب YA . : وأبو .داود
\end{tabular} \& \begin{tabular}{l}
يرسول الله هِ \\
 \\
: \\
أِروى عن بعض أزواج النبي |l النبي \\
 على بَّْرة (2) بين أصابع رجليه ، ثم قال : >> اللهمْ مُطفِئَ الكبير ومكبر الصغير \\
 الكحل والإلثّمد : \\
: عن ابن عمر قالل : قال رسول اللّ | عليكم بالإثمد (0) ؛ فإنه يجلو البحر ، II. ويُنِبت الشُعر \\
عن أبي النعمان - وكان قد أدرك النبي \\
 بالإنمِد المرو"َ (1) ، فإنه يجلو البصر ،
\end{tabular} \& 1

1
1

$Y$ <br>

\hline \multicolumn{3}{|l|}{|  |
| :--- |
|  |
|  (7) المروّح : إلطبيب بالمكك |} <br>

\hline
\end{tabular}

جلر جا عامة لألحاديث النبوية ...





(1) المن : هو طلّ ينزل من اللسماء على الأشجار أو الـلجارة ثم يجف ، وهو حلو يوكل



جدولة عامة للأحاديث النبوية ... 1 oV

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| عدي ، وابن مردويه ؛ وابن عساكر ، راجع اللدر المنتور $0.0-0 . \varepsilon 10$ <br> البخاري، تفسير سورة البقرة ، ح عVA \& ، وتفسير سورة الأعراف ، <br>  <br>  <br> الأشربة، باب ، وألترمذي 17r - 10V <br> الطب ، باب ، Y•VT <br> الطب ، باب <br>  . 1 1 <br> ابن ماجة ، الطب ، باب A $A$ ، /r وأحمد <br>  <br> ، EY1 ، r.0/r - بإسناد صحيح | بكن رطبٌ فتمر" ، فليس من الشّجر شجرةٌ أكرم من شنجرةٍ نزلت تحتها مريُ <br> بنت عِمْران . 11 ( <br> الكَمْأة : <br> عن سعيد بن زيد عن النبي ، الكَمْأة من المنِ ، وماؤها شفاء للعِين . ، <br> عن أبي سعيد وجابر قالا : قال رسول الش ع للعيٍ ، والعجوة من البِنّة ؛ وهي شفاء <br> -للجنَّةُ ، <br> عنَ "أبي هريرة قال : خرج رسول النَ على أصحابه ، وهم : يتنازعون <br>  <br>  <br>  وماؤها شفاء للعين ، والعجوة من الجنة ؛ | 1 |


| التنخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| أحمد حديث طويل له ، ،وإسناده <br> صحيح <br> الترمذي ، الطب ، باب <br>  لا بأس به . <br> الترمني ، الطب ، ياب YY، <br>  <br>  ov or ro/r وأحمد <br> وقال الترمذي : حـن ، الترمذي ، ، الطب ، ، باب男 <br>  <br> وقال الترمذي : حبـن <br> أحمد حديث طويل له ، ، وإسناده <br> حسن | "وهي شفاء عن السم <br>  اه الكحأة دواء العين ، وإن العجوة من فاكهة الجلنة : وإن هذه الحبة السوداء - قالل <br>  <br>  <br>  أكْمؤو(1) ، أو خمسكا ، أو سبعًا ، أو <br>  كـحلت به جارية لي فبرئتْ عن أبي هريرة ؛ أن أناستا من ألصـاب <br>  فقال النبي وبماوهما شفاء للعين ، والعجوة من الجنة ؛ وهمي شفاء من السم. . : عن أبي هريرة قال : فال رسول النّ <br>  <br>  <br> البَّبَّة السوداء : عن بريدة عن النبي <br>  فأكهة الجِنة ، وإن هذه المبة السوداء - قال <br>  \| الملح - دواء من كل داء إلا إلموت . |  <br>  <br> 0 <br> 0 <br> 1 <br> 7 |

جدولة عامة للأحاديث النبوية ... 109

. 1 . جدولة عامة للأحاديث النبوية .


جدولة عامة لأكاديث النبوية ．．． 17

| التتخريِج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| أخرجه سعيد بن منصور ، وند وعبد بن حميد ، وابن المنذر، كما في الدُّر المنثور $0.010$ <br> رواه ابن ماجة ، ج ج ، ص ص $\text { 「EATC، } 11 \text { ro }$ <br> البخاري ، الطب ، باب ＂ 10 <br> ابن ماجة ، الطب ، باب <br> ．Y <br> رواه الطبراني ، ورجاله <br> ، ثقات ؛ <br> الاستذان ، باب YV ． <br>  <br>  <br>  الترمذي ：هذا حديث | عن الربيع بن خيُيم قالل ：ليس للنفساء عندي دواء مثل الرطب ، ولا للمريض مثل العسل <br> الحـجامة <br> عن أنس بن ماللك ؛ أن رسول الله <br>  <br>  <br> 造然 <br>  كانت به <br> ：عن صهيب قال ：قال رسول الشّ （1 عليكم بالحِجامة في جَوْزَالقَمَحَخْوُوَة（1）، فإنه دواءٌ من اثنين وسبعين داء، وخمسة <br>  <br> والبرَص（1）، و وَجْع الأضرناس ، <br>  العبدُ الححجام يُذهب الدَّم ، ويخفًّف <br>  <br>  ملك سن الملائكة إلا قالوا يا مححدُ ، مُرْ | 0 <br> 1 <br> $Y$ <br> $r$ <br> $\varepsilon$ |




（7）البرص ：بياض يهيبب الجـسد ．

(1) في سند ابنى ماجة هو من حدبث جُبارَة بن المُنَلَس ، وهو ضعيف . وفي إسناده عباد بن منصور وهو

جدولة عامة للأحاديث النبوية ．．． 1 ٪

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| ट، 7 ，（N1乏 <br> C، V وباب ، ، ، ، 1 ، 10 <br> 乙 A A و C ، 1 ، 1 ، 17 <br> ！المغازي ، باب <br> 乙，\＆190 乙，ro <br>  <br> ، سورة البقرة ، ع <br> والمرضى ، باب 17 ، 17 ، <br> 0770 ، وفي الطب ، باب <br> ov．r C ، 17 <br> والكفارات ، باب 17 ، 17 ، <br> （ $7 V \cdot \wedge$ <br> باب • <br> وأبو داود ، المناسلك ، باب <br>  <br> والترمذي ، الحج ، باب <br>  <br> تفسير سورة البقرة <br> ：YqVE ، YqVr <br> ، حسن صحيح ؛ والنسائي ، <br> ، rVos ح <br> C ، NT الـج $r \cdot \lambda \cdot \text { r.vq }$ <br> البخاري ، الطب ، باب <br>  |  والقَّمْل يتناثر علم وجهي ، فقال ：ا ما <br>  <br>  الآية ：أ فَفِدية من صيام أو أو صدقة أو <br>  <br> 库 أيار ، أو أطعِّمُ ستة مساكِين ، أو انسُكَ شاة ．ه عتفق عليه ． بالمرأة قد حُمُت（1）تدعو لها بألماء فصبَّنه | 1 |





جلدولة عامة للأحاديث النبوية ... 170

| التخريـج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| رواء الطبراني في الأوسط ، ورجائه ثقات <br> أخرجه المستغفري في الطب ؛ كها في الدر المنثور 100/₹ كثيرة من هذا الباب من ص . 107 - 10 ا فارجع إليها الدارمي ، المقدمة ، باب $. r \wedge / 1 ، A r$ <br> ، ، الترمذي <br>  حديث غريب ؛ وأحمد $\text { . } \mathrm{Al} / 0$ |  أحدكم فَلْيُشُّ عليه من الماء البارد من <br> السَّحَر (1) ثلاث لِيال . عن جابر بن عبد الله قال : قال رسول الشا <br>  شربه لمرض شفاه الشا ، أو جوِع أشبعه الشا <br> أو بلـاجة تضاها الشا <br> عن عائشة قالت : قال النبي مرضهه : ا صصبّبا عليَّ سبعَ قِرَب من سبع آبار شتى ؛ حتى أخرج إلى الناس فأعهـ إليهمه ، قالت : فأقعدناه في مخْضّبِبا لـفـصة فصببنا عليه الماء صبّا ، أو شَنتّا عليه شنا - الشلكّ من قبل محهد بن إسحاق - فوجد راحة فنرج ، فصعد المنبر فحمد الله ، وأثنى عليه ، واستغفره للشُّهداء من أصحاب أحُدُ ، ودعا لهـم ، ثـم قال : أمّا بعد ، فإن الأنصهار عَيْتَي <br>  ها إذا أصاب أحدَكم الختمى فإن الحمتى فطعة" من النار فليطفئها عنه بالماء <br>  <br>  وصلدّق رسولَك ، بعد صلاة الصبح قبل |  |


| التخريذج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| *Ar وفي حديث ابن: عمر، ‘أنه قال : " "الحمّى: من فيح "أطفئوها بالماء صA/K•Q <br> ، oor - orr/0 الترمذي $r 0 \leqslant 9 \tau$ <br> ، $11 \Sigma \Sigma / r$ ابن $. \varepsilon \cdot r$ <br> أحمد / \& ع | اططلوع الشمس ، فليغتمس فيه ثلاثَ \| غمسانت ، ثلاثةَ أيام ، ، فإن لم يبرأ في <br>  \|'فسِع ، فإن لمى يبرأ في سبِ فتسع ، فإنهاً <br>  <br>  (1) * ما من جهنم فأبردوها بالماء <br> ألصـَّلاة : <br> : عن بلال \|| <br>  وِمَنهاة عن الإثم ، وتكفير <br>  <br> عن فُهجرت فصليت ، ئم جلستيُ ، فالتفت إليَيَ اللبيُ قلّت : نعـم يا رسول الله ! إقال : ها قم فِّصلٍ فإن في الصلاة شفاء. ، <br> : لر <br>  <br>  بُنمعتُ رسول الله | 1. |




| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| C を .ryA <br> ov19 ح، r./ / البخاري . 187/0 أ i : OVY) - <br> مسلم ، السلام ، باب ، 17 | عام الأول ، نتم اسْتَعِي (1) أبو بكر وبكي ، <br>  <br>  <br> العافية ؛ فاسألوا الله العافية . <br> عن عائشة - رضني النه عنها - قالت : \| سحر النبي يفعل السيء وما يفعله حتى كان ذات داتَ يوم دعا ودعا ، ثم قال : ه أُشْعِرت أن أن الهُ أفتاني فيما فيه شِفائي ؟ أتاني رجلان فـلان فقعد أحذُهما عند رأسي ، والآخرُ عند رجنا ونلي، <br>  <br>  <br>  <br>  فأين هو ؟ قال : في بئر ذَرُوان . ه فخرج إليها النبي <br>  <br>  أنا فقد شفاني الكه ، وخشيت أن أن يثير ذلك <br> على الناس شُرًا ، ثم دفنتُ البِّنُ <br>  الشَ <br> *. الحُمَة والأُذُن <br>  فقال : : يا مححلُ ! أنشَكيتَ ؟ فقال : | r |

## ج17 جدرلة عامة للأحاديث النبوية

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
|  <br>  <br> الطب، بابِ ．07／r <br>  <br>  <br> مسلم ، السلام ، باب \＆Y، ح ح الطب ، باب 19 ، ‘ ：「A91 الطب ، باب 9 ٪ ، ، Y•入． الطب، باب <br>  حسن صحيح <br> أبو داود ،＇الطب ، باب保 19 <br>  عبيد ، والحنديث ضعنيف ، ضعفه الألباني في خنعيف |  شثيء يؤذيك ، من شرٍ كل نغس أو عينِ <br>  <br> عن خارجة بن الصتَّت التميمي ، عن عمَه ؛ أنه أتى رسول الش <br>  <br>  أهلُه ：نداويه ؟ فرقيتُهُ بفاتحة الكتابِ <br>  <br>  <br>  <br>  فلكعهري لـن أكل برقيةِ باطلة لقد أكلتِ <br>  <br> بُن عثمان بن أبي العاص الثقفي ؛ أنه بُّكا إلى رسول الله جسسده منذ أسلم ، ففال له رسوِل الشا <br>  <br>  <br>  <br> ＊الُجدُوأحاذر بن أبي اللدرداء قالل ：سمعت رسول اله隹 ابتُتكاه أخْ له فليقل ：ريَّنا الله الذي في <br>  والأزض كها رحمَتُك في السماء ، | O |

جدولة عامة للأحاديث النبوية ．．． 199

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| أحهد الطب ، باب <br>  عحيح ؛ وابن ماجة ، الطب ، を．Y／を \％ <br> عن حكيبر بن حزام ． البخاري ، الطب ، باب ،OVミ7 ، OVEO ، r＾ ومسلم ، السلام ، باب <br>  الطب ، باب 19 ، 19 ال r＾90 الطب ، باب זץ ، ح rorl <br> البخاري ، الطب ، باب <br>  المرضى ، باب • • ، （IVo ، والطب ، باب ، <br>  الی． السلام ، باب 19 ، ح 19 を ، |  حَوْنَ وخطايانا ، أنْت ربِّ الطيبين ، أنزِّن رحمةً من رحمتك ، وشفاءً من شفائلك <br> على هذا الوجع فيبرأ ．عـي <br>  <br>  <br>  <br>  <br> حدثنا سفيان عن عائشَ أن رسول الشَ كان إذا اشتكى الإنسان السُيء منه أو كانت به قُرحة أو جرح قال بأصبعيه هكذا－و وضع سفيانُ سبابتَه بالأرض ثـم رفعها－ا باسم الله تربةُ أرضنا بريقِّ بعضِينا يُشْفَى سقيمُنا بإذنِ <br> －．رينا <br> عن عائشة ، أن النبي كِّ أهله يمسـح بيده اليمنى ويقول ：ه اللهـم ربًٍ الناس مُذهِب البأس ، اشفـ أنت الشافي ، لا شافيَ إلا أنت ، شفاء لا <br> ｜يغادر سقمًا |  |

.... جدولة عامة للأحاديث النبوية '



|V1 .... جدولة عامة للأحاديـث النبوية

... جدولة عامة للأهاديث النبوية IVY


[^0]XVY .... جدولة عامة للأحاديث النبوية

(1) جععلا : مالآل منابل ذللف . (Y) قلبة : سيء .

| التخريج | النص | مسلسل |
| :---: | :---: | :---: |
| صحيح هسلم ، المُبْاجد ، باب صفة صالجلوبن في <br>  وهذا لفظه ؛ الدإرمي ؛ الصصلاة ، باب الإشارة في الصلاة ؛ أبو عوانة rry <br> صصحيح مسلم ، المنـاجد ، باب صفة الجلوبن في الصلاة . . الح ؛ (ll الترمذي، الصلاة: ؛ باب <br>  <br>  هاجة ، الإقامة ، ' باب الإشارة في التشهد ، ح <br>  صحيح مسلم ، المنـانجد ، باب صفة الجلون في الصلاة . . إلخ ، 110 ' وهذا لفظه ؛ أبو ععوانة ، rre/r <br> صحِيح مسلم ، المُنانجد ، باب صفة الجلونس في الصلاة ... . إلخ ، ح | عنّ عبد الله بن الزبير قالل : كان رسول الله场 فجزه اليمنى ويده اليسرى على فخخذه. اليِسرى ، وأشار بأصبعه السَّبَابة ، و وضع إبأهمه على أصبعه الوسطى ، ويُلْقِم كفً الينُسى ركبته <br> عنُ ابن عمر ؛ أن النبيَّ فئ الصلاة ، وضن يديه على ركبتيه ، ورْفع إصبعد اليمنى التي تلي الإبهام، فذبعا بها ، ويَدُهُ اليسرى على ركبته اليُسرى ، باسِطُها عليها <br> عن ابن عمر ؛ أن رسول الله تعلد في التتهـه ، وخنع يده اليسرى على <br>  <br>  وأنثار بالسبّبابة . عن علي بن عبد الرحمن المعاوي"أنه قال : <br>  <br>  <br>  | $\begin{array}{r}1 \\ \\ r \\ \hline\end{array}$ |

IV0 .... جلدولة عامة للأحاديث النبوية


جلدولعامة للأحاديث النبوية .. 1VY


## المراجـع والمصـادر

1- القرآن الكريم.

Y r الإبل العربية / محمد عبد الشه الصـانع / الطبعة الثانية/ 19 19 .世- الإبل العربية / مححد فاضل وردة / 19^9 .
 هـ - ا99 ا م/ دار الحديث ، القاهرة .
 بنكت الأذكار للحافظ ابن حجر / حققه وخرَج أحاديثه وعلق عليه بشير محمد
عيون.

1 - إرواء الغليل في تخريج أحاديث منار السبيل / محمد ناصر الدين الألباني / الطبعة

 التربية الععربي لدول النليج ، الرياض
1- الإسلام والطب : المسكِرات والمخدرّات والتَّعْ والقات واتثارها السيئة في الجِسم / شوكت الشطي / جامعة بمشق ، 1409م

 - - الأمراض الباطنة والأمراض الـمـجية وأمراض المناطق الاستوائية / الدكتور مدني


11 - الأمراض الجلدية والزهريةّ/ الدكتور مامونالجلاد وزملاؤ/ كتاب جامعي / الطبعة

## المراجع والمصادر IVA



بيروت .

المكتب الإبنلامي ، بيروت .
£ ا- التداوي بالأعشاب والنباتات / عبد اللطيف عاشور / مكتبة ابن سيناء، هعز / - 1910 $^{\text {19 }}$

10- التداوي بعسل النحل ، مستشفى عسل النحل / عبد اللطيف عانبور ؛، مكتبة

17- التداوي والمسؤولية الطبية في الثـيعة الإسلامية / تأليف قيس بن محمذآل الشيخ

IV - تذكرة أولي الألباب والمامع للعجب العجاب / لذاود بن عمر الأنطاكي:/ نشر:ذار الفكر
11- التربية البلِّنية عند العرب .

19- نغسير وييان القرآن الكريم يتلوه معجم مفهرس لألفاظ القرآن الكريم / إعلاد الدككور حسن الحصي / دار الرشيد ، بيروت - دمشق
.
دمشيق - بيزوت.







## IV9 المراجع والمصادر

ع ع- الحبة السوداء في الطب الشعبي / دكتور الفاضل العبيد عمر/ مكتبة المطبوعات

 1994 / دار النفائس ، عمان .
 م/ الدار السعودبة ، جدة
/ دراسات تطبيقية في المديث النبوي ، العبادات / الدكتور نور الدين عتر / كتاب

 / المؤسسة العربية للدراسات ، بيروت.
 الجمديدة ، بيروت.

- •- رسالة في تاريخ الطب ، بحث في الطب البدائي وتاريخ الإنسان / شوكت النططي


rr- روح اللدين الإسلامي / عفيف عبد الفتاح طبارة / الطبعة الثالثة عشرة ، أول الحرم

 السورية ، دمشُق .
\& ع- زيت الزيتون ، إنتاجه ، الستخلاصه ، تعليبه ، وفوائده / إعداد : أحمد عميري ،



צr- سلسلة الأحاديث الصحيحة ، وشيء من فقهها ونوائدها / تأليف محمد ناصر الدين الألبني / منشورات المكتب الإسلابي .

YV - سلسلة الأحاديث الضْعيفة والموضوعة ، أنرها السيئ في الأمة/ محمد نانصر الدين


 بيروت.
qه- سنن أبي داود / الإمام أبو داوج سليمان بن الأشعـ اليسجستاني الأزدي / / راجعه



- ع - سنن الترمذّي / لأبي عيسى محمد بن عيسى بن سورة الترمذي / أشنرف على ألنعليق والطبع عزت عبيد الدعاس / مكتبة دار الدعوة - حمص / الا

ا

الإسلامية ،ا بيروت .

plavo

ץ





-

 و وضع فها سسه اللدكتور هصطفى دبب البغا .

## المراجع والمصادر 11




 والتعليت عليه وفَهْرسته زهير الشاويش / مكتب التربية العربي لدونل الخلنيج •
 19A1 1 / مكتبة التربية العربي لدول الحليج
ض or or 1r999 هـ - 19V9 م / المكتب الإسلامي ، بيروت - دمشت . r الطب الإسلامي : أبحاث وأعمال المؤتمر العالمي عن الطب الإسلامي / إشراف عبد

والآداب / الكويت.

0 \&- الطب الإسلامي بين العقيدة والإبداع / مختار سالم / مؤسسـة المعارف للطباعة
 الدكتوراه في الطب البشُري ، جامعة دمشق/ 19AY الج
7- 07 الطب النبوي / ابن قيم البوزية / منـونورات مكتبة الرسالة الحديثة .

 بيروت
O^ ألطب النبوي والعلم المديث/ محمود ناظم النسيمي/ 19^1 م/ الشركة المتحلدة للتوزيع ، دمشّق
هq- الطب النفسي / NMS / ترجمة الدكتور حسان أحمل: قمحية، والْدكتور عمار


النابغة - حـص .

- .


# المراجع والمصادر <br> / 19AV 

ا7- الطب النفـي المعاصر / أحمد عكاشة / الطبعة الثامنة ، 1919 ام / مكتبة الأنجلو

Y الطب البشُوبي ، جامعة دمشتق .
/ NMS and NORTON / / الطب النبوي والصحة العامة والإحصاء الـحيوي الحـي
 . دار المعاجم - دمشق ، دار الكتب العربية - دمشقت
ع ا- الطب النبوب / للحافظ اللذهبي / دار مكتبة مصطفى الباز: مكة المكرمة . الرياض

70-طيبك يحلثـك عن الصوم / ثلة من الأساتذة الأطباء/ / دار الترابث التونسي للنشر
والتوزيع/ /199م .

77- العسل فبه شفاء للناس / محمد نزار الدقر / طباعة دار المحارف اللطباعة / دمشُق ،

 حشاش الكبب / 1999م م.

- ا^ عمدة الطنبيب في معرفة النبات / لأبي آل خير الأنبيلي / قدم له وحققه وأغاد ترتيبه محمل العربي الخطابي / مطبوعات أكاديمية المملكة المغربية / سلسلة التراث / الم / الم . 199 .
 | / طبعت في ميلانو - إيطاليا ، تحت إشرافـ مؤسسة الديار .
-V. الغذاء لا الكواء / اللدكتور صبري القباني / دار العلم للملايين ، بيروت / الطبعة
-VI



المراجع والمصادر Ar
والنشر والتوزـيع •
(الفتح الرباني لعلاج المس" الشيطاني بالقرآن الكريم / محمد سيل محمود / الطبعة الثانية / دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع
 ( لز - فن العلاج بالأعشاب وعدى تأثيرها على صحة الإنسان / تأليف آن ماكتير ، ترجمة زياد يوسف عبد الرحيم / دار النفائس ، بيروت .

7 القاموس المحيط / تأليف مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروز آبادي / تحقيت مكتب التراث في مؤسسة الرسالة / الطبعة الثانية. V ع عا هـ - ا . بيروت
-VV اللاكلئ المصنوعة في الأحاديث الموضوعة / للإمام جلال الدين عبد الرحمن السيوطي/ / ار المعرفة للطباعة والنشر ، بيروت .
/ لسان العرب / أبو الفضل جمال الثدين محمد بن مكرم بن منظور الإفريقي المضري -VA دار المعرفة للطباعة والنشر ، بيروت .
 مطبوعات جامعة الرياض .

- . العلدد

1- 1 - مجلة العلم والإيمان / مجلة علمية شهرية / المدير المسؤول: الدكتور البشير التركي .

- Ar محاضرات طبية / إعداد فئة من الأطباء/ غير منشور
r المرجع في الطب الشرعي والسموم والإجراءات الفانونية البيطرية ، اللمزء الأول : الإجراءات الفانونية / تأيف : الدكتور إسماعيل منصور جودة / 4 4عا 1 هـ -

ع^- المسكرات ومضارّها النفسية والاجتماعية / أسعد الـلكيم / دار الكتاب العريجي ، القاهرة/ 1901 .

- المسند للإمامُ أححمد بن حنبل / تحقيق أحمد محمد شاكر / الطبعة الرابعة / داز

 الألباني / الطنعة الثألثة ، 1910 1م/ المكتب الإسلامي، بيزوت - دمشق .
A^- معجم الصلاة في الوقاية من مرض دوالمي الساقين / الدكتور توفيقَ علوان / الطبعة الثانبة ، بيروبت .





צ
ليدن ، بريل
 الطبعة السابعة ، ع • £ا هـ - مؤسسة علوم القرآن ، دمشت .



دار البشير - عْمان ، مؤسسة الرسالة- بيروت .

97- المو الونوعات/ أبو الفرج عبد الرحمن علي بن المجوزي القرشي / ضبط وتحقيت عبد


المريخ للنشر |:الرياض / 1- عا هـ - 191 ا م .
^ه- النباتات الطبية واستععالاتها / محمد العودات ، جورج لـام/ المنظمة العربية للتنمية

## المراجع والمصادر 100

الزراعية ، الخرطوم/9^0ام .

99- النباتات والأعشابب / علي هاشم / دار الفكر العربي / 19AN1 .

 1- ا ا النفس أسرارها وأمراضها/ محمود حميدة/ • 199 ام / مكتبة الفجالة ، القاهرة .
 تحقيت طاهر أحمد الزاوي ، محمود محمد الطناحي / / دار إحياء الكتب العربية / الماري

r ب-



[^0]:    
    

